# महारसनिघण्टु

## प्रथम खण्ड

# MAHARAS NIGHANTU–I

(Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia)

लेखक-अन्वेषक

**योगी धर्ममहारस**

# महारसनिघण्टु

## प्रथम खण्ड

# MAHARAS NIGHANTU-I

(Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia)

लेखक-अन्वेषक

**योगी धर्ममहारस**

'जन्मजात मनुष्यको आयुर्वेदीय-प्राकृतिक जीवन स्वस्थ र धनी हुन्छ ।'

# महारसनिघण्टु

## प्रथम खण्ड

# MAHARASNIGHANTU – I

(Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia)

लेखक-अन्वेषक

**योगी धर्ममहारस**

**विद्यार्थी पुस्तक भण्डार**
प्रकाशक तथा वितरक
भोटाहिटी/कमलपोखरी, काठमाडौं

**ग्रन्थ** : **महारसनिघण्टु-प्रथम खण्ड (Maharasnighantu– I)**
(Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia)
Website : risimuniayurveda.com
E-mail: dharmamaharas@gmail.com

**लेखक-अन्वेषक** : **धर्ममहारस**
९८४९५१२४२०, सुनपोखरी-खरीबोट, गोरखा

**प्रकाशक** : **विद्यार्थी पुस्तक भण्डार**
भोटाहिटी/कमलपोखरी, काठमाडौं
E-mail: vidyarthi020@gmail.com
फोन नं. ०१-४४२३३३३, ४२२७२४६, ४२४५८३४

**संस्करण** : प्रथम, गोरक्ष-बुद्ध-गुरुपूर्णिमा २०७६
**मूल्य** : रु. ३०००/-
**सर्वाधिकार** : लेखक-अन्वेषक-धर्ममहारसमा सुरक्षित
**ISBN** : 978-9937-715-73-7
**कम्प्युटर सेटिङ** : विद्यार्थी डेस्कटप
**मुद्रक** : एक्टिभ प्रेस

प्रधानमन्त्री

काठमाडौं, नेपाल

# शुभकामना

आयुर्वेदिक जडीबुटी विज्ञान नामक एघार सय पृष्ठको ग्रन्थका लेखक योगी धर्ममहारसको यही विषयमा दोस्रो बृहत् ग्रन्थ महारसनिघण्टु **(Maharas Ayurvedic Herbal Health Encylopedia)** प्रकाशित हुनलागेको थाहा पाउँदा खुशी लागेको छ । उपलब्ध जडीबुटीका सम्बन्धमा स्वअध्ययन-अनुसन्धान गरी यति गहिरो र व्यापक जानकारी समेट्न सक्षम हुन भएकोमा म उहाँलाई हार्दिक बधाई ज्ञापन गर्न चाहन्छु । तीन हजार पृष्ठको यस सङ्कलन-सङ्ग्रहमा करिब ८ हजार आयुर्वेदिक-जडीबुटी र द्रव्यहरूको विस्तारपूर्वक वर्णन गरिएको छ । यस ग्रन्थमा आज पनि प्राचीन-आयुर्वेदीय परम्परा उत्तिक्कै सान्दर्भिक र उपयोगी छ भन्ने सम्बन्धमा वैज्ञानिक ढङ्गले प्रकाश पारिएको छ ।

हाम्रा ऋषिमुनि-गुरुकुलको तपोभूमि, आयुर्वेद स्वास्थ्य वैज्ञानिकका केन्द्रविन्दु, प्राच्यविद्या मानव सभ्याताका अग्रज मानवकल्याणकारी आध्यात्मिक गुरुहरूको अनुसन्धानस्थल हिमालयक्षेत्र नेपाल विश्वभरि नै परिचित छ । यहीं सनातन शास्त्रहरूको रचना भएका थिए । प्राकृतिक सम्पदाको भरपूर उपयोग गर्दै व्यापक खेती व्यवसायद्वारा अत्यधिक औषधि उत्पादन गरी सर्वसुलभ जनस्वास्थ्य सेवा उपलब्ध गराउने उद्यमशील वंशजविद्या यहीं जीवित थियो । जैविक विविधतायुक्त देश नेपालमा आज पनि संसारभरिका जडीबुटीको खेती गर्न सकिन्छ । यस ग्रन्थमा संकलित ज्ञान र सूचना सबैका लागि उपयोगी छन् भन्ने मैले ठानेको छु । यसमा नेपालमा उपलब्ध र आयुर्वेदमा प्रयोग हुने विश्वप्रसिद्ध जडीबुटीको व्याख्या-विवरण मेहनतका साथ तयार गरिएको छ । वर्णानुक्रममा शब्द विवरणका साथै हरेक जडीबुटीका-रेखाचित्रसमेत संलग्न गरिएको छ । जसले गर्दा पुस्तकको महत्त्व अझ बढ्नगएको छ । यस बृहत् ग्रन्थमा लेखक-अन्वेषक योगी धर्ममहारसले आयुर्वेदमा उल्लेखित र सर्वपरिचित जीवनोपयोगी जडीबुटीका विविध उपयोगका सम्बन्धमा पर्याप्त प्रकाशन पार्नु भएको छ । जडीबुटीका धेरै भाषाका नामहरू, चित्र, चिनारी, स्वाद, स्वभाव, शुद्ध बनाउने विधि, गुण-धर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा र अपनाउनु पर्ने सावधानीको समेत चर्चा गरिएको यो ग्रन्थ पठनीय र सङ्ग्रहणीय साबित हुने मेरो विश्वास छ ।

यतिखेर हामी 'समृद्ध नेपाल, सुखी नेपाली' को राष्ट्रिय संकल्पका साथ देशको आर्थिक-सामाजिक रूपान्तरणको गतिलाई तीव्र बनाउन तल्लीन छौं । आमनागरिकको स्वस्थ्य जीवनबाट मात्रै सुखी नेपालीको परिकल्पनाले मूर्तरूप लिनसक्छ । त्यसैले वर्तमान सरकार निरोगी र स्वस्थ नेपाल बनाउने लक्ष्यका साथ अग्रसर छ । यो वैदिक आर्षभूमिमा विद्वान पुर्खा, ऋषिमुनिका सन्तति हामी नेपालीले उपलब्ध वनस्पतिहरूको उचित संरक्षण र उपयोगका लागि आवश्यक व्यवस्था गर्नु जरुरी छ । सरकार यस विषयमा पनि सचेत छ । यस भूमिमा प्रकृतिले नै आयुर्वेदीय जडीबुटीको संरक्षण र सम्वर्द्धन गर्दै आएको छ परन्तु दुर्लभ तथा लोपोन्मुख महत्त्वपूर्ण पौष्टिक वनस्पतिहरूमा नेपाल सरकारको ध्यान विशेष रूपमा आकर्षित भएको छ । अमृतजन्य पोषणका स्रोत जडीबुटीको जगेर्ना र सही उपयोग गरेर हामी निरोगी समाजको निर्माण गर्न सक्छौं । प्रस्तुत ग्रन्थ महारसनिघण्टुमार्फत एक समर्पित लेखकले यही सन्देश प्रवाह गर्नु भएको मेरो ठहर छ । उहाँले देशको आर्थिक रूपान्तरण र विकासका लागि आयुर्वेदिक-जडीबुटीले महत्त्वपूर्ण भूमिका निर्वाह गर्नसक्ने सन्देशसमेत प्रवाहित गर्नुभएको छ । आयुर्वेदीय जडीबुटी र आरोग्यतासम्बन्धी महत्त्वपूर्ण जानकारी प्रस्तुत गर्दै योगी धर्ममहारसले हाम्रो सनातन विद्या, स्वास्थ्यसम्बन्धी सीप र प्राच्यउपचार-कलाको प्रचार-प्रसार गर्ने अग्रसरता लिनुभएको छ । वस्तुतः उहाँले गतिशील कर्मयोगको उदाहरण प्रस्तुत गर्नुभएको छ । आगामी दिनमा पुस्तकका नयाँ-नयाँ र परिमार्जित संस्करणहरू प्रकाशित हुँदै जाऊन् ! आमजनताले आयुर्वेदीय जडीबुटीको उपयोग गर्दै स्वास्थ्य लाभ गर्न सकून् ।
नयाँ वर्ष २०७६ को हार्दिक शुभकामना ।

१५ वैशाख, २०७६

केपी शर्मा ओली

**Dr. Baburam Bhattarai**
Formar Prime Minister of Nepal
Convener - Naya Shakti Party, Nepal
**Member of Parliament**
Gorkha-2

**डा. बाबुराम भट्टराई**
पूर्व प्रधानमन्त्री
संयोजक - नयाँ शक्ति पार्टी, नेपाल
**प्रतिनिधिसभा सदस्य**
क्षेत्र नं. २, गोरखा

## शुभ-कामना

आज प्रत्येकले आयुर्वेदीय सनातन स्वास्थ्य संस्कृतिलाई व्यवसायीकरण गर्न नसक्नु, जनताको आर्थिक अवस्था उकास्न नेपाल सरकारले विशेष ध्यान नदिनु, भरपूर प्राकृतिक स्रोत-सम्पदाहरूको उपयोग गर्न नजान्नु, समुन्नत नेपाल निर्माणको यात्रामा समर्पित नहुनु, परम्परागत वंशजविद्याद्वारा स्वास्थ्यसेवा नपुग्नु आदि गरीबीका सङ्केत हुन् । एकातिर ज्ञान र प्रविधिको अभावले आयुर्वेदीय वनस्पतिहरू खेरै गइरहेका छन्‌भने अर्कातिर वैज्ञानिक आयुर्वेदीय स्वास्थ्यप्रणाली लागू हुन सकिरहेको छैन । आयुर्वेदीय जडीबुटी विषयका विज्ञ विशेषज्ञ-वैज्ञानिकहरूको निष्क्रियता, मौनता र विदेशपलायनले नेपाललाई नोक्सान पुर्‍याइरहेको छ । अति महत्त्वपूर्ण जडीबुटीका पेशागत खेती छैनन् । दुर्लभ र लोपोन्मुख जडीबुटीहरूलाई व्यक्ति/सङ्घ-संस्था/राज्यले संरक्षण-संवर्द्धन गर्न सकेको देखिँदैन । अति आवश्यकीय आयुर्वेदिक-जडीबुटी उत्पादनमा क्रान्तिकारी अभियान खेतीसहित नयाँ नेपाल निर्माणको दिगो पेशामा लागिपरेको पाइँदैन ।

जैविक विविधतायुक्त पवित्रभूमिमा उपलब्ध जडीबुटीहरू र आनुवंशिक स्रोतहरूको सूची बन्नुपर्छ । वनस्पतिजन्य प्रजाति चोरी (Bio Piracy) रोक्नुपर्छ । रैथाने स्थानीय वनस्पतिलाई आनुवंशिक अभियान्त्रिकी प्रविधि विद्युतीय-उपकरणमा कैद गर्न सक्नुपर्छ । गोरेटो-घोडेटो बाटोको दायाँ-बायाँ दुवैतर्फ जडीबुटी पर्यटन (Herbal Tourism) द्वारा विकट पहाडी क्षेत्रको द्रुतविकास सम्भव हुन्छ । विभिन्न देशका अत्याधुनिक कृषि प्रयोगशालाहरूले गर्दैआएका जेनेटिक इन्जिनियरिंगद्वारा बनाइएका खाद्यान्न उत्पादन भरपर्दा छैनन् । स्वदेशी परम्परागत सभ्य ज्ञान र आजको विज्ञानलाई आत्मसात् गरी हामी सबै अग्रसर बन्नैपर्छ ।

नेपालको संविधानले व्यवस्था गरेको, विश्व स्वास्थ्य संगठनले दिएको अधिकार, प्राकृतिक स्वास्थ्यको जन्मजात मूल्य-मान्यता एवं कर्तव्यबोधका आधारमा यो मानवकल्याणकारी शास्त्र **महारस-निघण्टु** अनुसन्धान गरी लेखिएको छ । बचपनदेखिको निरन्तर जडीबुटी अन्वेषण (शोध-खोज) गर्ने गतिशील योगी धर्ममहारस (श्रीधर्मराजपौडेल) को निष्कर्ष यो बृहत्‌ग्रन्थ आएको छ । आयुर्वेदीय जडीबुटीविद्याद्वारा सदा निरोग रहने, जीवनीयतत्त्वरक्षा हुने, प्राणशक्ति जागृत गर्ने पोषण पथ्य-खानपान पुग्ने र रोग निवारणार्थ प्रयोग भई यथोचित औषधीय उपयोग गरी स्वास्थ्य सुधार साथै आरोग्यता ल्याउन सकिन्छ । यो ग्रन्थमा चित्र, चिनारी स्वाद, स्वभाव, गुण, धर्म, कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा, विवरणसहितको व्याख्या भएकोले नेपाल र नेपालीको यो ग्रन्थ सम्पत्ति बन्न सक्छ । यस सर्वोपयोगी ग्रन्थको अध्ययन गरी विद्वान्, विशेषज्ञले आफ्नो विज्ञतालाई थप परिष्कृत बनाउनेछन् भने सर्वसाधारणले आफ्नै घरकरेसामा पाइने उपयोगी जडीबुटीहरूको प्रयोग गरी स्वास्थ्यलाभ गर्नेछन् भन्ने कुरामा म दृढ विश्वस्त छु । प्रखर जडीबुटी-विज्ञ धर्ममहारसको गतिशील स्वास्थ्यले विश्वजीवनमा नयाँ छाप दिनसकोस् भन्ने शुभकामना प्रकट गर्दछु ।

**पूर्वप्रधानमन्त्री डा. बाबुराम भट्टराई**

Kathmandu, Nepal **Phone No.:** 9851102883, **Email:** brb.1954@gmail.com
**www.baburambhattrai.com**

# महारसनिघण्टु : शुभ-सन्देश

आयुर्वेद प्राचीन ऋषिमुनिहरूको विशाल अन्वेषण र प्रयोगहरूको महत्तम स्वास्थ्य विज्ञान हो । यो भूभाग हिमालयमहाभारत पर्वतशृंखला र समुद्रसम्मको विविध प्रकृतिसँग गाँसिएकाले असङ्ख्य वनौषधीद्वारा सुसमृद्ध रहेको छ। ऋग्वेदयुगका दीर्घतमाका पुत्र धन्वन्तरि आयुर्वेदका प्रवर्तक थिए । हिमालयका निकट जन्मेर वनौषधिहरूको अनुसन्धान गर्दै ज्ञान बढाउँदै स्वास्थ्यक्षेत्रका विख्यात वैज्ञानिक बनेका थिए (चरकसंहिता, सूत्रस्थान १/८-१३) । आयुर्वेदको महान् ग्रन्थ "चरक संहिता" अनुसार जप, तप, उपवास, ब्रह्मचर्यजस्ता आचरण गर्नेहरूमा पनि अनेक किसिमका रोग लाग्न थालेपछि अङ्गिरा, जमदग्नि, वशिष्ठ, काश्यप, भृगु, आत्रेय, गौतम, अगस्त्य आदि ५३ महर्षिले हिमालय निकटवर्ती क्षेत्रमा गएर देवराज इन्द्रसँग समेत परामर्श गरी वनौषधिहरूको व्यापक खोज-प्रयोग र स्वास्थ्य विकास गरेका थिए भन्ने स्पष्ट उल्लेख छ । हिमालयदेखि रुससम्मको भूभाग र भूमध्यरेखादेखि तलतिर वृक्ष-वनस्पतिहरूको सङ्ख्या घट्दै जान्छ । त्यसैले ती भूभागहरूमा वृक्ष-वनस्पतिजन्य औषधिभन्दा भौतिक रासायनिक औषधीहरूको बढी प्रयोग हुन्छ । मनुष्यलगायत सबै प्राणीहरूको सासबाट निस्कने कार्बनडाइअक्साइड वृक्ष-वनस्पतिहरूको जीवन आधार हो । वृक्ष-वनस्पतिहरूले उत्पादन गर्ने अक्सिजन मनुष्य र जीवजन्तुहरूको स्वास्थ्य र प्राणरक्षक हो ।

यसर्थ संसारका सबै स्वास्थ्यविद्हरूले सकेसम्म वृक्ष-वनस्पतिजन्य औषधीको प्रयोग गर्न चाहन्छन् । वृक्ष-वनस्पतिजन्य फलफूल अन्न आदिका बारेमा बहुसंख्यक जनता सुपरिचित रहनाले हरेक आहार वा औषधिका रूपमा ढुक्कसँग प्रयोग गर्न सक्दछन् । वनौषधीबाहेकका रासायनिक औषधीहरू परिपक्व वैद्य वा डाक्टरको अनुमतिविना प्रयोग गर्न हिच्किचाउँछन् । व्यापारी डाक्टरहरूले अन्दाजका भरमा एलोप्याथिक रासायनिक औषधि दिंदा रोग झन्-झन् बल्झँदै गएका धेरै घटना भेटिन्छन्। अहिलेका सन्दर्भमा विचार गर्नेहो भने आयुर्वेदिक उपचारको ज्ञान र प्रयोग घट्दै गई सर्वसाधारण जनताले एलोपेथिक चिकित्सातिर नै पूर्ण भरोसा गर्नुपर्ने बाध्यात्मक स्थितिले एकातिर आयुर्वेदिकजन्य सरल र सस्तो उपचार ओझेलमा पर्दै गएको छ भने अर्कातिर जनताले आँखा चिम्लेर एलोप्याथिकको शरण पर्नु पर्दा महँगीको मार र पाश्र्वप्रतिक्रियाको झमेलामा फस्नुपरेको छ । विकसित देशहरू अहिले योग, प्राकृतिक र आयुर्वेदिक उपचारतिर आकर्षित हुँदै गएका छन् तर हाम्रो देशका स्वास्थ्यसम्वन्धी विद्यालय, व्यवसायी र डाक्टरहरू आयुर्वेद तत्सम्वन्धी उपचारविज्ञानतिर पटक्कै ध्यान दिन चाहँदैनन् । यो आफ्नै पूर्वजहरूले विकसित गरेको आयुर्वेदिकविज्ञान र अपरिमित जडीबुटीहरूलाई आधुनिकप्रविधिमा समाहित गरी आफ्नै स्वास्थ्यविज्ञानको उन्नति र प्रगतिमा पटक्कै ध्यान नदिनु आफैं आफ्नो देश र जनताको घोर उपेक्षा हो । बृहत्तर महारसनिघण्टु अभियानका अभियन्ता/अन्वेषक योगी धर्ममहारससँग धेरैवर्षअघि मेरो भेट भएको थियो । उहाँसँगसँगै हिंड्दा उहाँले हाम्रो देशका सानाठूला जडीबुटीको खोज र ज्ञानसम्वन्धी सत्सङ्गमा 'काउलो/पीपलका ७-१५ वटा दाना वा १-५ पात राम्रोसँग चपाएर खाए दिनभरिको भोक मेटिन्छ र मैले आफूसँग पैसा नहुँदा पटक-पटक यसैगरी दिन गुजारेको छु ।' भन्नुभएको थियो । उहाँले हाम्रै घरमा केही दिन बसेर आयुर्वेदिक जडीबुटी विज्ञान लेखन र योजना अघि बढाउनुभएको थियो ।

योग-आयुर्वेद मार्गका अन्वेषकले परिचय, प्रकार, प्राप्तिस्थान, गुण-धर्म-कर्म, स्वाद र स्वभाव, औषधीय उपयोगिता-विशेषता, मात्रा, प्रयोगविधि आदि व्याख्या गर्नुभएको छ । अन्वेषणको ध्याउन्नमा नेपाल र भारतका वन-जङ्गलमा घुमेर स्थानीय आयुर्वेदिक गुरुजन र बिरामी वा सर्वसाधारण जनतासँग सम्पर्क अन्तर्क्रिया गरी उहाँले वनौषधीहरूको वर्णानुक्रमअनुसार सूची, कसरी खाने भन्ने तरिका इत्यादिको स्पष्ट विवरण प्रस्तुत गर्नुभएको छ । औषधीको प्रयोग गर्दा देखापर्ने पाश्र्वप्रतिक्रिया र त्यसको समाधान आदिको सङ्केत पनि गरिएको छ। यस निघण्टुमा अधिकांश जडीबुटी र कृषिजन्य फलफूल तथा सागपात घाँससमेत व्याख्यामा परेका छन्। नेपालीहरूले आफ्नो पुर्ख्यौली ज्ञान-विज्ञान बिर्सेर आफ्नै घर र छिमेकमा रहेका मूल्यवान् महत्त्वपूर्ण जडीबुटीबारे आफ्नै पूर्वजले बनाएका कुरालाई वास्ता नगरेर हिंड्दा अनावश्यक रोग बोकेर दुःख पाउनु परेको मूलमर्मलाई झक्झक्याउनुभएको छ। हाम्रो हिमाल, महाभारत शृङ्खला, शिवालिक (चुरे) क्षेत्र, र तराईक्षेत्रमा हजारौं अनमोल जडीबुटीहरू हुर्कंदै र सुक्दै, एकातिर हराउँदै बिलाउँदै गएका छन्। आफूले चिन्दै नचिनेका रासायनिक औषधीको जथाभावी प्रयोगले रोगहरू झन् जटिल विषयप्रति पनि उहाँले जनतालाई सम्झाउने र सिकाउने प्रयास गर्नुभएको छ ।

यस्ता प्राकृतिक रसहरूको सही प्रयोग गर्न जानेमा धेरै रोगहरूबाट सजिलै छुटकारा मिल्ने उपायहरू स्पष्टरूपमा उल्लेख भएका छन् । आफ्ना दुःख-कष्ट बेहोरेर निरन्तर समर्पित योगीजीले आफ्नै देशमा भएका प्राकृतिक आयुर्वेदिक जडीबुटीहरूको विवेचना-विश्लेषण लेख्नुभएको छ । आफ्नो ज्ञान र विविध साधना र ध्यानका माध्यमबाट स्वअध्ययन, ऋषिमुनि-गुरुकुलमा बसी आयुर्वेदिक अन्वेषकहरूका सङ्गत र प्रयोगको अनुभव आफ्नै अनुसन्धान, तपस्या र प्रयोगात्मक अभ्याससमेतबाट यस्तो अत्यन्त महत्त्वपूर्णग्रन्थ तयार पार्नुभएको छ। उहाँले जडीबुटीहरूका बहुरङ्गी स्पष्ट तस्विरसहित छपाउनुभएको छ र सबैको नम्बर दिनुभएको छ। ७००० वनौषधीहरूका अतिरिक्त ७०० द्रव्यहरू रस-रसायन, जीवांश, ढुङ्गा-माटो, रत्न-उपरत्न, धातु-उपधातु, योग-मानवऊर्जा हजारौं उपायलगायत र कैयौं वैकल्पिक विधिहरू, दिनचर्या इत्यादि विविध समस्याको विवेचना र रोग चिकित्साका कैयौं तरिका प्रस्तुत गर्नुभएको छ । देश, जनता र समग्र मानवताका जटिल समस्याहरूप्रति गहन चिन्तनशील भई अत्यन्तै महत्त्वपूर्ण एकल प्रयासमा आयुर्वेदिक र चिकित्साविधिको बृहद्ग्रन्थ तयार गरेर उहाँले सम्पूर्ण मानवजातिका विविध रोगको समाधान र स्वास्थ्यविकासको मार्गदर्शनमा समर्पित हुनुभएकोमा अन्वेषक-धर्ममहारसज्यूलाई उत्तरोत्तर प्रगतिको हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना व्यक्त गर्दछु ।

- डा.मोदनाथ प्रश्रित (वाणस्थली २०७५ श्रीपञ्चमी)

## 'महारसनिघण्टु' युगको माग :

तपोभूमि आर्ष वैदिकक्षेत्र हिमवत्खण्डमा ज्ञात-अज्ञात धेरै ऋषिमुनिहरूको साधनास्थल थियो । यहाँका हरेक व्यक्ति जन्मजात खोजकर्ता थिए । अति प्राचीन परमकल्याणकारी विद्या आयुर्वेदविद्याको आविष्कार यही पवित्रभूमिमा भएको हो । समस्त ऋषिमुनिहरूको आत्मा विचरण गर्ने/गराउने कर्मक्रिया-तपस्याभूमि हो । ऋषिमुनि-गुरुकुलको श्रद्धा र विश्वासी परम्परालाई अग्रणीस्थान ओगट्ने नेपाल विश्वमानचित्रमा उदाहरणीय मानिन्छ । आयुर्वेदलाई वर्तमानको परिभाषाअनुसार स्वास्थ्य भनिएको छ । प्राचीन आयुर्वेदविद्या आजको स्वास्थ्यशिक्षाको जननी हो । आजको अत्याधुनिक एलोपेथी पनि आयुर्वेदकै विकासक्रम हो । आदीम-सनातनी ऋषिमुनिहरूका परम्पराहरू नै आजकाल संसारभरि छरिएर रहेका छन् । त्रिदोषको सिद्धान्त, पञ्चमहाभूत, २४ तत्त्वविधान र आध्यात्मिक गतिका आधारमा आज आयुर्वेदचिकित्सा सञ्चालन नभएको अब आयुर्वेद नाममात्र शेष रहन गएको छ । कच्चापदार्थले भरपूर प्राकृतिक आत्मनिर्भर र अर्थोपार्जनका प्रशस्तै सम्भावनाहरू हुँदाहुँदै परनिर्भर-परमुखी हुनु उचित हुँदैन ।

आफ्ना हरियाली वनस्पतिहरू नचिन्ने, प्राकृतिक सम्पदाबाट लाभ लिन नजान्ने, जडीबुटीको संरक्षण र संवर्द्धनका लागि खेती र कुनै उद्योगको प्रयास गर्दै नगर्ने, आफ्नो उपचारमा रोग लाग्दा स्थानीय झारबुटी औषधिविज्ञानका बारेमा प्रयोगको जानकारी नहुने अर्थात् बनाएर खानै नसक्ने, प्राणवर्द्धक एवं जीवनीयतत्त्वरक्षक अमृत तथा दिव्योपकारी जडीबुटीको ज्ञान नहुने, योगशक्ति तथा प्राणऊर्जाको अपारस्रोतको केही पनि चाल नपाउने र जीवनभर परमुखी रहनेलाई जन्मभूमिको बोझ लाग्दछ । हजारौंका असाध्यरोगमा आयुर्वेदीय चिकित्सा गरेर आयुर्वेदका सयौं कम्पनी र कैयौं व्यक्तिहरूलाई सिकाएर चिकित्सा गरी थकित भएको छु । आयुर्वेदका क्षेत्रमा केही गर्नुपर्छ भनेर म नेपालका विभिन्न ठाउँमा पुग्ने गरेको छु । रस-रसायन तथा रसादि-भस्मादिको प्रयोगात्मक ज्ञान-विज्ञान सिक्न चाहने जिज्ञासुका लागि अझै म जीवित छु । आयुर्वेद-जडीबुटीको अपारस्रोत भएको धनीदेशमा कसैले रुचि नराख्दा मेरो मन अति नै कुँडिन्छ । पुरुषार्थ गर्ने आयुर्वेदीय कर्मयोग र महायोग अनि समाधिस्थ इहलीलामा जोडिनुहोस् यो जीवन धन्य हुनेछ ।

यो शुभबेला ऋषिमुनि-गुरुकुलका विद्यार्थी धर्ममहारस सदा सक्रिय र क्रियाशील रही अहोरात्र खटेर तीनदशक घनघोर लिखित तपस्यामा बिलाउनुभयो । यो गहन र महान् कृतिकार्यका लागि अनवरत अग्रसर रहेका कारण आज बृहत् कृतिको जन्म हुन गयो । नेपालका धेरै भूभागमा पैदल भ्रमण गरेर स्थानीय जडीबुटीहरूको नालीबेलीको सबै विवरण प्रत्यक्ष हेरेर साक्षात् ज्ञान हासिल गरी जलवायु, स्वाद, स्वभाव, रस, गुण-धर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा, सावधानी इत्यादि विशेष चर्चा गर्नुभएको छ । ऋषिकुल योगदानका सूत्र अनुसन्धान क्रियायोगको अभ्यासी बन्दै र निरन्तर कर्मयोग गर्दै आयुर्वेदिक जडीबुटीसेवाद्वारा धर्मफलस्वरूप प्रयोगात्मक **महारसनिघण्टु**को रचना सम्भव हुन आएको छ । **महारसनिघण्टु**बाट सर्वसाधारण जनताले स्वास्थ्यलाभ लिन सकेमा म अत्यन्त खुशी हुनेछु । अन्वेषक महारस जडीबुटी अनुसन्धानका लागि हिमाल, पहाड, तराई र निकट छिमेकी देशहरूमा पुगेर महारसनिघण्टुको शोधखोज तथा अनुसन्धान-लेखन-प्रकाशन गरी नेपाली आयुर्वेदिक-जडीबुटी स्वस्थकर सचेतना अभियानको मानव कल्याणकारीशास्त्र नेपालको सम्पत्तिमा आएको छ । यो ग्रन्थद्वारा हरेक व्यक्तिको आयुर्वेदमय साधकजीवन सदा प्रेरणादायी र आध्यात्मिक बनोस् । सबैले जीवनलाई सार्थक बनाउन सक्नुपर्छ, महारसनिघण्टु नै आजको आवश्यकताको माग हो । अन्तमा गतिशील महारसलाई आशीर्वादसहित परमात्मालाई धेरै शक्ति प्रदान गर्न स्तुति गर्दछु ।

राधाविहारीशरण ब्रह्मयोगसमाधिका निर्देशक तथा आयुर्वेद-भिषगाचार्य रसादिभस्मादिका गुरु

जयश्रीराधे ! महाशिवरात्री, २०७५

# 'महारसनिघण्टु' नियाल्दा : ब्रह्मावेत्ताचार्य अर्जुन विरक्ति स्तोत्रीय

महारसघिण्टुमा स्वतत्त्वदेखि विषयगत गोचरसम्म व्यक्त्याउन चाहान्छु। संसारमै हरेक भाषाको जननी ब्राह्मीलिपि नै हो। एक धर्को तानेको/दुई धर्सो केरिएको/घुमाको/चिह्न लगाएको/सङ्केत गरिएको/बुट्टाझैं फन्कटी परेको/चित्र कोतरिएको/ईश्वर स्तुति गरिएको/चिकित्साको इशारा भएको/वनस्पतिका अनेकौं नाम नामादि इत्यादि ब्राह्मीलिपिमा रहेका भेटिन्छन्। ब्राह्मीरूपाबाटै विश्वका समस्त भाषामा ब्राह्मीका अंश नै हुन्छन् । ब्राह्मीलिपिका छवै प्रकारहरूले आफ्ना प्रतिनिधित्व हरेक भाषान्तर्गतमा परेकै हुन्छन् । संसारको अभ्युदय हुनुभन्दा पहिले श्रीतत्त्वमात्रै थियो । श्रीतत्त्वबाटै ॐकारादि हुँदै ब्रह्माण्डकै रचना भयो । त्यही जीव र जगत्मा प्राणादि-प्राणको अभ्युदय सूक्ष्मतत्त्वमा निहित अक्षरांश, कुटाक्षरादि, मन्त्र, तन्त्र, यन्त्रयन्त्रादि, सार-असार, लय-प्रलय (श्री ॐ तत्सत्) कुटाक्षरादिका अनेकौं व्यञ्जन वर्णादिमा ६४ व्यञ्जन, १६ व्यञ्जन वर्णादिहरू र ३६ व्यञ्जन वर्णादिसमेतमा ब्राह्मीस्थितिकै स्वरूप ब्राह्मी हो । जुन वेदादि-वेदमा सारब्राह्मी, पूर्वब्राह्मी, उत्तरब्राह्मी, मीमांसब्राह्मी, मुद्राब्राह्मी हुँदै सूक्ष्मकुटाक्षर महाब्राह्मीमा छवटै ऋतुलाई शिरोधार्यले ऋतुअनुसार ब्राह्मी लेखोटहरू आए । जो एकाक्षरी पूर्वब्राह्मीबाट स्वरूपादि लेखोटहरू विषयगत दृष्टिकोणमा आएतापनि पूर्वब्राह्मी एकाक्षरी मात्र भएकाले पूर्णत्वमा उत्तरमीमांसब्राह्मीले नै लेखकीय धरामा प्रतिनिधित्व गरेको छ। तत्सम्बन्धित विषयहरू उपर्युक्त ब्राह्मीमै प्रेषित छन् ।

सृष्टिस्वरूपमा असामान्य गोचर समेट्दै सामान्यतः विषयलाई ज्ञात गराउने जो ज्ञातालाई नै ज्ञानी र ध्यानी भनेर बुझिन्छ। सर्वज्ञ त स्वयम् परमतत्त्व हो। विशेषरूपले विशेषतालाई जान्ने लक्षण केही व्यक्तित्वहरूमा हुन्छ। जो लक्षण र लक्ष्यभेदका मार्गमा अन्तरयात्रा गर्दछन्। त्यही यात्रा नै तप हो। ब्रह्माण्डमा अभ्युदयको हिरण्यगर्भ नियाल्ने कार्यमा प्रतिबद्ध व्यक्ति नै अपारब्रह्माण्ड र परब्रह्मका सूक्ष्मआदेशात्मक प्रक्रियाका प्रतीकको रूपमा पृथ्वीमा अवतरित हुन्छन्। ऋषिमुनिहरू उत्थानदायि मार्गमा खटिरहन्छन् र इन्साइक्लोपेडिया (Encyclopedia) बनेर भण्डारणमै अन्तरात्माको ज्ञान खुलाउँछन्। हाम्रो आर्षदर्शनमा अनेकौं शास्त्र-शास्त्रादि, अस्त्र-अस्त्रादि, तत्त्व-तत्त्वादि एवं अनेकौं जीवदर्शनसमेतका प्रक्रियादिमा आयुर्वेदले ठूलो महत्त्व राखेको कुरा आर्षसाहित्यबाटै प्रस्टिन्छ। सर्वदर्शनादि विषयद्वारा जीव र जगत्को कल्याणका निमित्त परिवेष्टित जगत्मा जडीबुटीहरूको महत्त्व सर्वश्रेष्ठ रहेको छ। चिकित्सा क्रियादिद्वारा जीवन र जगत्का कल्याणमयी क्षेत्रमा आयुर्वेदिक विशेषताले सृष्टिदेखि नै परलोकसम्मकै कल्प-कल्पमै केही भेदबाहेक स्वास्थ्यरक्षार्थमा तल्लीन कवचको प्रतिनिधित्वले मन्वन्तरैपिच्छे सर्वोपरिस्थान ओगटेको छ। वैद्यनाथ, धन्वन्तरि, आश्विनीकुमार आदि आदि नामका गुरु आयुर्वेदिक प्रक्रियागत अनुसन्धानमार्गमा योगी-जीवन र जिन्दगीका परिवेश नियाल्दै पृथ्वीमा अवतरित भई आयुर्वेदीय रक्षार्थी बनेका प्रमाण आर्षदर्शनभित्र मिल्छन्।

शुक्लयजुर्वेदले औषधिहरूका अनेकौं विशेषता कोट्याउँदै वनस्पतिजगत्मा व्यापक विषयको विषयगत कामनाले सर्वव्यापी रक्षार्थमा मंगलाचरण गाएको छ। उही मंगलाचरणमा देव-देवादिको आशीर्वचनीय आधारशिलाका अपौरुषेय दृष्टिकोणभित्र अथर्ववेदले आयुर्वेदका पक्षमा महाप्रतिनिधित्व गरेको छ। हाम्रा ऋषिगणादिको देन अन्वेषणात्मक विषयादिमा अझै घोत्लिएर शाश्वतनिधिका रूपमा लाग्नु भई आजको भौतिकयुगमा पनि शोधकर्ता-खोजकर्ताका आयुर्वेदिक जडीबुटीमय महत्त्वको पक्षमा वर्णन गर्दै विषयको सङ्ग्रहसहित यौगिकलक्षले मैत्रीय मन र तनले सात्त्विक-पथिक बनेर समाजसुधारहेतु दिलोज्यान दिनुभएकोछ। आयुर्वेदिकपद्धतिले जडीबुटीका अनेकौं षडरस रस-रसादि आदि निघण्टुमा वैदिकमार्गहरूको प्रशस्तिले आजको भौतिकजगत्मा अन्वेषक नमूनाका योगीहरूमा वैदिक चिकित्साको मार्ग अँगाल्ने ऋषि धर्ममहारस आस्था र विश्वासका पक्षमा कर्मयोगका अथक व्यक्तित्त्वमा पर्नुहुन्छ । आगमकालदेखि वैदिकपद्धतिको ऋग्वेदीय, यजुर्वेदीय, सामवेदीय र अथर्ववेदीयधरातलमा सूक्ष्मवेदीय विद्या आयुर्वेदिक अपरामार्गमा जडीबुटी नियाल्ने पराविद्याका अनुसन्धानक कल्याणकारी साधक बन्नुभएको छ। आर्षपरम्पराकै चिन्तन-मननका पक्षमा सारत्वका उपाय खोज्न मानवकल्याणहेतु सार्थकता नियाल्नु कर्मप्राप्तिको विषयप्रति औषधि वा पोषण आदि रक्षाका निमित्त घुमक्कड नेपालका अभियन्ता हुनुहुन्छ।

आजका भौतिक आशावादीहरूका निम्ति सबैका लागि यो कठिन कार्य हो। भौतिकसमाजमा आयुर्वेदिक माध्ययमले धर्म-संस्कृतिलाई समेट्दै निर्भयका साथ जीव र जगत्रक्षार्थ आफ्नो विशिष्ट सहभागितामा विषयगत प्रक्रिया खोतल्नु सामान्य चुनौती होइन। जुन तारतम्यमा कैयौं लुप्तग्रन्थ जनमानससमक्ष आएको छ। यसलाई श्रेयष्कर मान्नुपर्छ। यस ग्रन्थकारका सङ्ग्रहणीय व्यक्तित्वले हाम्रा प्राचीन ऋषिमुनिलाई पछ्याउँदै आयुर्वेदका अन्वेषक योगी धर्ममहारसद्वारा अनुसन्धान गरी तयार पारिएको 'महारसनिघण्टु' को पठनीय अभिलेखादि सङ्ग्रहालयमा लगभग आठहजार आयुर्वेदिक जडीबुटीद्रव्यलगायतका धातु-उपधातु भस्म, रत्न-उपरत्नादिका विशिष्ट-विशेषता सङ्गृहीत पत्थर वा मणि आदि विभिन्न ढुङ्गा-माटो, रस-रसायन एवं जीवांशचिकित्सा ग्रन्थका अनुसन्धानधाताले मानव स्वास्थ्योपयोगी आधारशिलाको भण्डारणमा पुण्यार्जन गर्नुभएको छ। यो मानवसमाजको प्रयोजनमा साकारताको उदाहरणीय ग्रन्थ हो। यस सङ्ग्रहणीय ग्रन्थका आविष्कारक श्रद्धा र तपस्वी आफ्ना विषयमा समर्पित र कर्मनिष्ठ हुनुहुन्छ। यो विशेषग्रन्थ आयुर्वेदिकपद्धतिमा सङ्ग्रहणीय आधारशिलाको प्रशस्ति हो। श्रीॐतत्सत्। विज्ञेषु किमऽधिकम्।

**द्रष्टव्य :** *विद्यावारिधिसहितका आफ्ना सम्पूर्ण शैक्षिक प्रमाणपत्रलाई विशेष कार्यक्रम गरी काठमाडौंको खुलामञ्चमा परित्याग गरी विरक्तत्याग-अग्नितर्पण र आध्यात्मिक श्रीसाधनामा समर्पित रहनुभएका ब्राह्मीका गुरु हाल १६ भाषा र ४८ लिपिका विश्वविज्ञ हुनुहुन्छ।)*

# Foreword

It gives me a great pleasure to write Foreword for the book **Maharas Nighantu** which is compiled and written by **Yogi Dharmamaharas** in Sanskrit–Nepali–Devnagari lipi, and published by Vidyarthi Pustak Bhandar, Kamalpokhari, Kathmandu. 'Nighantu' is a traditional collection of words with brief description on the use of medicinal plants with Ayurvedic properties. Examples of such Nighantus are Chandra Nighantu, Sushruta Nighantu, Bhavaparakasa Nighantu, Dhanvantari Nighantu, Astanga Nighantu and Raj Nighantu, etc. The present book **Maharas Nighantu** (Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia) can be considered as a milestone in this context, which is contributed by Yogi Dharmamaharas (Dharma Raj Poudel) with information on 7,200 plant names.

The book is published in three **Volumes :** Volume 1 comprises the description of 2591 plants with introductory part, whereas Volume 2 consists of information on 3003 plants and Volum 3 1610 plants. The books incorporate specific information on rashayan khanda, 623 things (chemical constituents), Ayurvedic ingredients/materials (Pharmacopeia), Ayurvedic herbal treatment and Yoga-Meditation therapy.

The salient features of the books include descriptions of 7200 plant names, arranged in alphabetical order of Devnagari (Nepali) script, followed by common English names, and Latin name for majority of species with several hundreds of photographs. The book provides useful information on distribution and cultivation of medicinal plants with elevation ranges, habit and brief description of plant parts, including roots, leaves, barks, gums, stems, seeds, flowers and fruits; flowering and fruiting period, as well as parts used in medicine. In addition, properties, chemical constituents and medicinal value, formulation of several species incorporated.

It is noted that the book has some shortcomings, such as plants are arranged in local names in Devnagari/Nepali or Sanskrit, due to which a local name may have several Latin names. Several medicinal plants have local names (and English names), but Latin names are missing. Similarly, several Latin names have generic name only, specific epithets are missing. Spelling errors in Latin names are also noticed. Moreover, it is difficult to figure out whether the given Latin names are currently accepted names or synonyms. To avoid this confusion, it is recommended to consult latest taxonomic literature or online taxonomic databases, such as TROPICOS (www.tropicos.org), Global Biodiversity Information Facility (www.gbif.org), and Catalogue of Life (www.catalogue of life), etc. I am quite optimistic that these shortcomings will be addressed in the next edition of the book.

Despite some shortcomings, in general, the book is quite informative with extremely useful information. The book may be cited as one of the reference books for the students, researchers and medical practitioners, who believe in traditional medicines. It is worth to be available in all libraries. Finally, I am pleased to congratulate the author for his tremendous work and significant contribution in the field of traditional medicine, based on Ayurvedic system. I am highly impressed by his vast knowledge on traditional medicines, based on his personal practices and experiences. I wish all the success in his future endeavours.

Krishna

Prof. Dr. Krishna Kumar Shrestha
Former Head, Central Department of Botany Tribhuvan
University, Kirtipur, Kathmandu
President, Ethnobotanical Society of Nepal (ESON)
May 28, 2019

## महारसनिघण्टु एक बृहत् द्रव्यगुण

ऋषिमुनि-गुरुकुलका आजीवन विद्यार्थी, आयुर्वेदिक चिकित्साको अभ्यासी, ध्यानयोगमार्गी-क्रियायोगी, सदा कृषि-वनौषधि तथा जडीबुटी-खोजकर्ता, सनातनी आयुर्वेदिक वैद्यवर-चिकित्सक, परम्परागत-वंशज घरेलु औषधिहरूको उपचारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक एवं प्राणशक्तिवर्द्धक अमृत वनस्पतिहरूको अनुसन्धानक, प्राच्यविद्या संरक्षक, सदा औषधीय खानपान एवं योगात्मक जीवनशैलीको व्यवस्थापक, स्वदेशी उत्पादन तथा अपार प्राकृतिक सम्पदाहरूको प्रचारक, जडीबुटी पर्यटन र जनहितैषी हरियाली अभियानका अभियन्ता, महत्वपूर्ण जडीबुटी खेती तथा जनपर्यावरण सहयोगी, कर्मयोगी-समाजसेवक, रस-रसायन तथा षड्रस र महारस विश्लेषक, पारदतन्त्र साधक, ऋषिमुनि सेवाश्रम र ऋषिमुनि आयुर्वेदीय गुरकुलका सञ्चालक, गतिशील चिकित्साविज्ञान १, २ तथा आयुर्वेदिक जडीबुटीविज्ञानका साथै **महारसनिघण्टु** लगभग ८००० आयुर्वेदिक जडीबुटीद्रव्यहरूका अन्वेषक-लेखक योगी धर्ममहारस खरीबोट गोरखामा जन्मेर आयुर्वेदिक धर्म-संस्कृतिलाई बचाउन सदा क्रियाशील हुनुहुन्छ । भारतको धेरै राज्य, छिमेकी तिब्बत-भुटान, पाकिस्तान, बंगलादेश घुमेर नेपालका हरेक जिल्ला, तराईको विभिन्न गाउँ-पहाडी ठाउँ र हिमालय निकटका उच्चविकटक्षेत्रमा खोज-अनुसन्धानमा निरन्तर गतिशील जिन्दगी बिताउनु भएको छ । गुरुको आयुर्वेद-स्वास्थ्यसेवा कर्ममा अत्यन्त योगदान उदाहरणीय कर्मयोग उच्चकोटिमा छ । सनातन प्राच्यविद्या आयुर्वेदिक-जडीबुटी विद्या सबैले जान्नुपर्ने परिप्रेक्ष्यमा महारसनिघण्टु कृति प्रकाशीत हुनु खुशीको कुरो हो । अतः आयुर्वेद संस्कृति-संस्कार मानवस्वास्थ्यको मूल्य-मान्यता एवं कर्तव्यबोधको आधारमा यो कल्याणकारीशास्त्र **महारसनिघण्टु** बनेको हुँदा रचनाकारलाई हार्दिक सधन्यवादसहित ईश्वरले थपकर्महेतु शक्ति प्रदान गरून भन्ने पूर्ण आशा गर्दै नमन गर्दछु । जय आयुर्वेद !

**- प्रा.डा.नरेन्द्रनाथ तिवारी (Pro.Dr.N.N. Tiwari)**
**आयुर्वेदमहाविद्यालय, त्रि. वि. नेपाल**

## शुभाशंसा

धर्ममहारसमहाभागाः खलु निःस्वार्थभावनया नेपालमातुः सेवार्थमहर्निशं सपर्पिताः सन्ति । "निजखनिजविकासैरेव राष्ट्रे विकासः" इति प्रसिद्धोक्तिः । "यस्य देशस्य यो जन्तुस्तज्जं तस्यौषधं हितम्" इति चाभियुक्तोक्तिरतो नेपालदेशस्य सर्वविधविकासस्य कृते प्रकृतिप्रदत्तानामत्रत्योपलव्धखनिजानां वनौषधीनाञ्च समीचीनविकासोऽत्यावश्यकः । आयुर्वेदस्य, योगस्य, प्राकृतिकचिकित्सायाश्च माध्यमेन जन्मभूमिसेवार्थमनवरतसमर्पितानामेतेषामियङ्कृतिः सर्वेषां जनानां कृतेऽमूल्यनिधिरिति प्रतिभाति । सर्वे जना एवेतस्या महत्त्वं जानीयुर्विचारयेयुश्च । रुग्णो भूत्वा वेदनया शयनशरणं कृत्वा रोगोपचारस्याशां च मनसि धारयित्वा कालहापनेन मृत्युवरणापेक्षया तत्पूर्वमेव ऋषिमुनिगुरुकुल-प्रथित-गतिशील-चिकित्सिाविधिनिर्दिष्ट-पथ्याऽपथ्याऽऽहार-विहार-दिनचर्या-ऋतुचर्या-व्यायामा-दिशरीर-रक्षाकरस्याचरणेन, योग-प्राणायाम-ध्यानाद्याध्यात्मिकाभ्यासेन च रोगवारणमेव वरम् । महारसनिघण्टुरित्येतस्माद् ग्रन्थादृषिभिः प्रणीतं रोगनिदानज्ञानं रोगनिवारणज्ञानञ्च प्राप्य स्वेषां स्वयमेव चिकित्सका भूत्वा जनाः स्वीयं सर्वजनहितार्थं प्रयत्नं कुर्युस्तथा च ग्रन्थकर्तृमयोदयानामियङ्कृतिः समस्तनैपालजनानां कण्ठहारतया सुशोभिता भूयादितीयं मदीया प्रार्थना भूतभावनस्य भगवतः पशुपतिनाथस्य चरणकमलयोस्समर्पिता भवतु च । इति शम् ।

**अध्यक्ष-चैतन्यकृष्णः**
**कालीगण्डकी ज्ञानविज्ञान प्रतिष्ठान महालिङ्गधाम :,**
**वैशाखसंक्रान्तिः, २०७६/१/१ विक्रमाब्दः ।**

# शुभाशंसा

ऋषिमुनिगुरुकुलतःप्राप्तविद्येन जीवनीयतत्त्वरक्षक-प्राणशक्तिवर्द्धक-दिव्यौषधिगणान्वेषकेण आयुर्वेदिकजडीबुटीविज्ञान-प्रभृतिग्रन्थलेखकेन वैद्यविदांवरेण तत्रभवता धर्ममहारसमहोदयेन सम्प्रति महारसनिघण्टुनामको महान् निघण्टुग्रन्थोऽपि प्रकाश्यमान इति विदित्वा मोमुद्यते नश्चेतः। हिमवत्पार्श्ववर्तिनो दिव्यौषधि-महौषधिभण्डारभूतस्य नेपालस्यान्येषां च भूमण्डले विलसतां देशानां कृते आयुर्वेदं विहाय नान्यत् किमपि सुखायुरारोग्यदं चिरं भवितुमर्हतीति। आयुर्वेदप्रतिपाद्यस्य चतुर्विधपुरुषार्थसाधनस्य सम्यग् विकासाय च गुरुकुलपद्धत्त्या सम्यक् सैद्धान्तिकं प्रायोगिकं चाध्ययनमनिवार्यमेव। सम्प्रति शिवस्वरूपस्य महोदयस्यायं शिवः संकल्पः सर्वेषां नेपालाभिजनानामन्येषां भूमण्डलवासिनां च चिरं सुखदमायुष्प्रदञ्च सत् सर्वेषां शिवं कुर्यादिति परमेश्वरं पशुपतिनाथं देवीं गुह्यकालिकाञ्च सप्रणामाञ्जलिसमर्पणं सप्रश्रयं च प्रार्थये।

विदुषां वशंवदः
डा. काशीराजः सुवेदी
त्रिभुवनविश्वविद्यालयान्तर्गते आयुर्वेदमहाविद्यालये

## ཨོཾ་ན་མོ་མ་ཧཱ་ཪྵི་ཁ་ཧྱེ།

དེ་ཡང་ཆོས་དང་འཇིག་རྟེན་གང་ཐུབ་ཀྱང་ལུས་རྟེན་རིན་པོ་ཆེ་གཙོ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་དེ་བདེ་བར་གནས་པ་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། རྩོད་ལྡན་སྙིགས་མ་ལྔ་བདོའི་དུས་སུ་ལུས་རྟེན་ལ་ཆགས་ཆེ་ཉམས་ང་། རྨི་ལམ་ངན་པ། རྟགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་ངན་པ། དགྲ་འདྲེའི་བསམ་སྦྱོར་ངན་པ། ལྟས་ངན་བརྒྱད་ཅུ་རྩ་བཞི། ཡི་འདྲོག་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། ནད་རིགས་བཞི་བརྒྱ་རྩ་བཞི། བགེགས་རིགས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཅུ། དུ་མིན་འཆི་བ། ཡས་ཀྱི་བདུད་གཡོ་བ། མས་ཀྱི་སྲི་ཙུ་ལངས་པ། སྦལ་བའི་གཤེད་དུ་བསྐོར་བ། པ་རྒྱུས་འདུར་སྲིད་ལངས་པ། མི་ལ་ནད་དུ་གཏོང་བ། ཕྱུག་ལ་གོད་ཁ་བྱེད་པ། གནམ་གྱི་དལ་ཁ་ཟེབས་པ། ས་ཡི་དུག་མདའ། སྐྱེ་བ་ཐར་ཁ། སྐག་དང་ཕུང་སྲིད་ལངས་པ། མི་མཐུན་པ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལུས་རྟེན་འདི་ལ་བར་ཆད་ཡིན་ནོ། དེས་ཡིན་པས་དེང་དུས་སུ་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་པ་ཟླ་ཆེན་པོ་འགྲུབ་ཐུབ་པ་ནི་སྨན་གྱི་ཐོགས་ནས་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་སྟབས། གསོ་རིག་སྨན་རྫས་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད་ཙམ་གྱི་ངོ་སྤྲོད། ངོ་བོ། ངེས་ཚིག ཡོན་ཏན། བྱེད་ལས། སྨན་བཏབ་ཚུལ་དང་སྨན་གྱི་ཚད་སོགས་ཀྱི་བསྐོར་ལ་ཆོས་རྗེ་ཆེན་པོའི་རེའུ་མིག "Maharas Nighantu–Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia" མཁས་དབང་དྷརྨ་མ་ཧཱ་ར་ས་སམ་ཆོས་རྗེ་ཆེན་པོས་འདི་ལ་ཉམས་ཞིབ་གནང་ནས་འགྲེལ་བ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། འགྲེལ་པ་འདི་ནང་སྨན་གྱི་པར་རིས་བསྐོར་ལ་གསལ་པོར་འབྲིས་ཡོད་པས་དཔྱད་ཞིབ་འགྲེལ་བ་འདེབས་འགྲོ་བ་མི་ཡོངས་ལ་ཤིན་ཏུ་ཕན་ཐོགས་ཅན་ཡིན་པས་འཚོད་བསྟེན་དང་ལུས་ཁམས་བདེ་བར་གནས་ཕྱིར་གླེགས་བམ་འདི་ལ་སློབ་སྦྱོང་གནང་བར་འདོད་བསྐུལ་ཞུའོ། ཨོཾ་ཨཱཿ ཧཱུྃ། ཐུགས་རྗེས་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་སྨན་གྱི་བླ། །ཐུགས་རྗེའི་བྱིན་རླབས་བདེན་པའི་ནུས་མཐུ་ཡི། །བདག་གཞན་ནད་དོན་བར་ཆད་ཀུན་ཞི་ཞིང་། །ཚེ་དཔལ་བསོད་ནམས་མངའ་ཐང་རྒྱས་པ་དང་། །འགྲོ་ཀུན་བདེ་སྐྱིད་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པར་ཤོག ། བོད་ཡིག་མཁས་དབང་པུཎྱ་པ་ར་ཛུ་ལི། བལ་ཡུལ།

(सनातनी परम्परादेखि चल्दै आएको विशेष आयुर्वेदिक-जडीवुटी औषधी वा पोषणजन्यद्रव्यहरूको सदुपयोग सम्वन्धमा सवै मानिसले जान्नुपर्ने अति आवश्यक छ। ठण्डालेक, उच्चपहाडी, हिमालयक्षेत्र, नेपालको उत्तरीभूभाग, बुद्ध-वौद्धधार्मीकस्थल, तिव्वत र आम्ची वा अम्ची मातृभाषा भएका व्यक्तिहरूका लागि यो ग्रन्थ धेरै उपयोगी मानिन्छ। यसमा अनेकौं नाम, जलवायु, चिनारी, स्वभाव, स्वाद, गुण-धर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा, सावधानीसहित लगभग ८००० आयुर्वेदिक-जडीवुटीद्रव्यहरूका व्याख्या गरिएको छ। प्राचीनतम् पद्धतिद्वारा गहन स्वास्थ्य विषयक ध्यानपूर्वक अनुभूत द्रव्यहरूको सङ्ग्रह लेखिएको छ। समर्पित व्यक्तित्त्व अन्वेषक ऋषिमुनि-गुरुकुलका विद्यार्थी घुमक्कड योगी धर्ममहारसले वाल्यकालदेखि गतिशील खोज-अनुसन्धान गर्दै एकल प्रयासद्वारा वृहद्ग्रन्थ **महारसनिघण्टु** लेखन-प्रकाशन गरी जनसमक्ष ल्याउनुभएको छ। असाधारण कर्मयोग एकै विषयवस्तुभित्र निरन्तर साधना, सदा स्वाध्याय-ध्यान-चिन्तन, पुण्यकर्महेतु आयुर्वेद-जडीवुटी-स्वास्थ्यसेवालाई मार्ग वनाएर अग्रसर रही तयार पारिएको नेपालको सम्पत्ति यस महान ग्रन्थवाट विश्वभरका मनुष्यले स्वास्थ्य लाभ लिन सक्नुपर्छ।)

**बुद्धवचन अनुवाद समिति नेपाल : पुण्य पराजुली**

नेपाल सरकार

**स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय**

(आयुर्वेद तथा वैकल्पिक चिकित्सा शाखा)

## आयुर्वेदविद्याशुभमन्तव्य

हिमगिरिमण्डित त्रिसप्तगंगा(सप्तकोशी, सप्तगण्डकी, सप्तकर्णाली)द्वारा अभिसिञ्चित नेपाल-आमाका शिरदेखि पाउसम्मका हिमाल, पहाड, उपत्यका, दून, भित्री मधेस र तराइका समथर भूभागले विशिष्टीकृत नेपाल जैविक विविधता (**Bio-diversity**)का दृष्टिले विश्वकै सु-सम्पन्न र विकसित देशका तुलनामा अत्यन्त सम्पन्न मानिएको छ । हिमनदी, छहरा र मैदानमा आइपुगिसकेपछिका नद-नदी, ताल-तलैया, सिमसार, रामसार र हरेक प्रकृतिका संरचनाहरूले यहाँको भौगोलिक एवं जैविक वातावरणलाई समृद्ध र गतिशील तुल्याएका छन् । संसारको सबभन्दा अग्लो हिमशिखर सगरमाथा, संसारको सबैभन्दा अग्लो ठाउँमा रहेको ताल तिलिचो जहाँ काकभुशुण्डी र गरूडले तप गरेका थिए; संसारको सबैभन्दा गहिरो ताल शे-फोक्सुण्डो; प्रकृतिको अद्भुत सृजना राराताल; खप्तड, कञ्चनजङ्घा, गौरीशंकर, रोल्वालिङ, लामटाङ, अन्नपूर्ण, धौलागिरि, अपि लगायतका हिमश्रृङ्खलाका धवल ज्योत्स्नाद्वारा पुलकित लेकवेंसी र तराइका विशाल फाँटहरू एवं यी लगायत वनस्पति र प्राणीजन्य जैविक विविधताले भरिपूर्ण भएकाले नेपालकी धर्ती भू-स्वर्ग नै हुन् । त्यसैले यस भूतललाई शिवपार्वतीले आफ्नो लीलास्थल बनाए । नन्दी, भृङ्गी, यक्ष, गन्धर्व, किन्नर आदि सबैले आफ्नो वासस्थान वनाए । महर्षि पतञ्जलि, कपिल, पुलस्त्य, पुलह, व्यास, विश्वामित्र, राजर्षि जनक, याज्ञबल्क्य, विदुषी गार्गी र मैत्रेयी आदिले आफ्नो तपस्थल र ज्ञानभूमि बनाए । गोरखनाथ, बुद्धहिमाल, श्रृङ्गहिमाल, प्राचीन हरिद्वार चतराधाम, जानकीको क्रीडाभूमि जनकपुरधाम र धनुषयज्ञको धनुषाधाम, आदिप्रयाग देवघाटधाम, अवधूत भरतको भावभूमि, व्यासक्षेत्र, पाशुपतक्षेत्र, मुक्तिक्षेत्र, वराहक्षेत्र, नारदकुण्ड, च्यवनगुफा आदि पुण्यक्षेत्रसमेत नेपालका भूभागमा अटाउन सके । सत्ययुगदेखि हालसम्म यहीं ऋषि-महर्षिहरूले आफ्नो सम्मेलन गर्ने स्थल बनाएका थिए । जबजब धर्मका पाउहरू भाँचिदै गए त्यसपछि अधर्म वा अस्वस्थ आचरणले गर्दा मनुष्य, प्राणी एवं वनस्पतिहरूमा विभिन्नप्रकारका रोगव्याधिहरू आउन थाले । यस महामारीजनक परिस्थितिलाई कसरी सामना गर्ने भन्ने विषयमा परापूर्वकालमा तपोभूमि हिमालयको फेदीमा हजारौं ऋषिहरूको महासम्मेलन भएको थियो । मनुष्यसमाजमा आइनपुगेको आयुर्वेद त्यतिखेर स्वर्गलोकमा दक्ष, अश्विनीकुमार र इन्द्रको मातहतमा थियो । ऋषिहरूको महासम्मेलन पृथ्वीमा फैलिएको रोगबाट मनुष्य, पशुपंक्षी तथा वनस्पतिहरूलाई बचाउन 'स्वर्गलोकमा छ' भनिएको आयुर्वेदलाई कसरी संसारमा ल्याउने भन्ने विषयमा केन्द्रित थियो । ऋषि भरद्वाजले स्वयं घोषणा गर्दै 'स्वर्गलोकको इन्द्रभवनमा गएर इन्द्रसँग रहेको सम्पूर्ण आयुर्वेदविद्यालाई ग्रहण गरेर ल्याउन आफू समर्थ रहेको' भनेपछि ऋषिहरूले प्रणव-नादका साथ एकै स्वरले स्वागत गरेका थिए । ऋषिहरूको अनुमोदन प्राप्त गरेका भरद्वाजऋषिले सहस्राक्षभवनमा गएर अष्टाङ्ग आयुर्वेदका सबै काय, बाल, ग्रह, ऊर्ध्वाङ्ग, शल्य, दंष्ट्रा, जरा, वृष विधाको शिक्षा ग्रहण गरे । पृथ्वीलोकमा आएपछि उनले अग्निवेश, भेल, जतूकर्ण, पराशर, हारीत, क्षारपाणि आदिलाई आयुर्वेदविद्या पारङ्गत बनाए । यसरी आयुर्वेदको उद्गमस्थल नेपाल देश नै रहनगएको थियो । यो तपोभूमिमा ऋषिमुनिका चरण पुगेका थिए र सबै ठाउँमा सञ्जीवनी लगायतका नानाथरि औषधीय गुणयुक्त अमृत वनस्पतिहरू उब्जिएका थिए । यो देश जैविक विविधताको दृष्टिकोणले विश्वकै तुलनामा धनी मानिएको छ, जसलाई अहिले हामीहरूले मुखले भाषण गर्नुपर्दा बारबार दोहोर्‍याउने तर कामले केही पनि नगरी धेरै उपेक्षा गर्नेगरेका छौं । फलस्वरूप आज हामी बेरोजगारी र गरीबीले तनावग्रस्त समेत भएका छौं ।

हरेक व्यक्तिको स्वास्थ्यरक्षा र रोगीको रोगशमन गर्नु आयुर्वेदको मूलप्रयोजन रहेको विषय ऋषिहरूले त्यतिखेर नै तय गरेका थिए '**स्वस्थस्य स्वास्थ्यरक्षणमातुरस्य विकारप्रशमनञ्च**' स्वास्थ्य हासिल गर्नु भनेको रोग नलाग्नुमात्र होइन आत्मा, मन, इन्द्रियसमेत प्रसन्न हुनुपर्छ भनेर आयुर्वेदमार्फत हाम्रा पूर्वज ऋषिहरूले यही नेपाली भूमिबाट उहिल्यै उद्घोष गरेका थिए–'**समदोषः समाग्निश्च समधातुमलक्रियः प्रसन्नात्मेन्द्रियमना स्वस्थ इत्यभिधीयते**' यसलाई विश्वस्वास्थ्य संगठन(**WHO**)ले आधुनिक कालमा अरबौं खर्च गरेर पनि त्योभन्दा धेरै केही केही भन्न नसकेको अवस्था छ । (**Health is complete physical, mental, spiritual and social well being, not merely an absence of diseases**) । ऋषिहरू अहिलेका आधुनिकभन्दा अत्याधुनिक र उत्तर आधुनिकभन्दा पनि परम आधुनिक थिए । स्वस्थ व्यक्तित्वका लागि सदाचार, सद्वृत्त, दिनचर्या, ऋतुचर्या, आहारविधि-पथ्यापथ्य, धारणीय वेगको धारण, अधारणीय वेगको उदीरण आदि आरोग्यकर उपायको अनुसरण गराइन्थ्यो भने रोग लागेको अवस्थामा औषधि दिइन्थ्यो । औषधिका लागि यिनै जैविकविविधताका स्रोत जडीबुटीहरू पर्दथे । रस, गुण, वीर्य, विपाक-प्रभावको आधारमा विभिन्न रोगहरूमा स्वरस, क्वाथ, फाण्ट, हिम, कल्क, चूर्ण आदिको कल्पना गरेर औषधि तयार गरी सेवन गर्न दिइन्थ्यो । औषधिको रस, गुण इत्यादिको ज्ञान दिने शास्त्रलाई निघण्टु भनिन्थ्यो । निघण्टुविनाको वैद्य असम्भव मानिन्थ्यो । वैद्यहरूले गोठाला, तपस्वी, भिक्षु, कन्दमुल खाएर जीविका चलाउने वनेचर र पशुपंक्षीपालक आदि जोसुकैसँग पनि जडीबुटीको चिनजान-पहिचान गर्नुपर्दछ भनेर ऋषिमुनिहरूले जोड दिएका थिए ।

अहिले पनि ऋषिमुनिका विद्यार्थी योगीधर्ममहारसले चरकका जस्तै देशका सम्पूर्ण भूभागमा पैदल भ्रमण गरेर स्थानीय जडीबुटीहरूको अंकुरणदेखि बीजपाकको बेलासम्म प्रत्यक्ष हेरेर जडीबुटीहरूको स्वाद, स्वभाव, रस, गुण-धर्म-कर्म इत्यादिको ईश्वरीय ज्ञान हासिल गर्नुभएको छ । त्यही ज्ञानको ज्योतिपुञ्जको रूपमा उहाँले **महारसनिघण्टु**को रूपमा यस ग्रन्थलाई प्रस्तुत गर्नुभएको छ । नेपाली भूभागमा कोषनाथ देवकोटाको नेपाली निघण्टु र सिंहदरबारवैद्यखानाको चन्द्रनिघण्टुपछि महारसनिघण्टु आउनुलाई महत्वपूर्ण मान्नुपर्दछ । अब त हामी निघण्टुका पनि धनी हुन लागिसकेका छौं भनेर मलाई अत्यन्त गौरवानुभूति भएको छ । म विद्वान्, अन्वेषक जो जडीबुटी अन्वेषणको लागि हिमाल, पहाड, तराइ कुनैपनि ठाउँ बाँकी नराखी पुगेका थिए त्यस्ता धीर-वीर ऋषिवर र आत्मीय सुहृदयवर महारसलाई प्रशंसा गर्दछु र निघण्टुको प्रकाशनपछि नेपाली आयुर्वेदीय धरातलमा गतिशील अभियान आओस् तथा मानवजीवनलाई आयुर्वेदमय बनाउन सकियोस् भन्ने हार्दिक मङ्गलमय शुभकामना दिँदै महारसका अन्यकृतिहरू पनि यथाशीघ्र आउनेछन् भन्ने आशा, अपेक्षा र विश्वाससमेत प्रकट गर्दछु। धर्मो महारसः पातु जीवनं स्वस्थसम्पदम् । सर्वभूतानि वै पातुं औषधामृतमाप्नुयुः । भिषजो मुदितास्सन्तु महारसनिघण्टुना । दीर्घमायुर्लभेयुश्च प्राणिनो ये पठन्ति वै ॥

डा.छत्रपति दाहाल,
आयुर्वेद तथा वैकल्पिक चिकित्सा शाखा,
स्वास्थ्य तथा जनसंख्या मन्त्रालय, नेपाल सरकार
दिनाङ्क : ऋषिपञ्चमी, भाद्र, २०७५

# योगः सर्वार्थसाधनम्

ॐ यश्चित्तसन्ततलयः सलयः प्रविष्टो, यस्तु प्रभञ्जनविधानरतो हठः सः ।
यो मन्त्रमूर्तिवशगः स तु मन्त्रयोगी, यश्चित्तवृत्तिरहितः स तु राजयोगः ॥

ॐ 卐 गौः श्रीः शिवौ वेदाः

कतै पोली खायौं खनि खुकुरिले भ्याकुर गिठा, कतै काँचै खायौं बयर तरुलै बाँस कलिला ।
परे पाकी फेला बिजुलि वनकेला पनि कतै, कतै मालूटाटा भुटि चिमटि बाटातिर हिँड्यौ ।
कतै डेरा राम्रा मुख पनि मिठा चित्त सरल, कतै नाना शङ्का कलुष मनका वास ननिका ।
कतै वाठा टाठा कठिन गँठिला ठिक्क मुखले, कठै ! सेवा भन्ने कठिन छ सबैले नसकिने ।
थिये मीठा गीठा पनि उसिनि खाँदा वन बसी, पकायेको बाँको पनि पछि त कोक्याइरहने ।
मलेवो वा चुत्रो लुचि कचुर भैंकाफल कतै, लिँदै खाँदै जाँदै विजन वनको शोध गरियो ।
अपामार्गो ओदाल् बलु र लिगुडो साननरस, जलुको कञ्चीरो भदुरो सतुवा टाँकि कटुको ।
कतै गीठोबोक्रा दुदि हरिमले बेल महला, कतै पानी सागै पनि नमिलदा निर्जल रह्यौं ।
कतै काउलो जाउलो फल फुल शयौं शाक भकिये, खिरौंला पाँचौंले महजडि शतावर शतफली ।
कपासे कक्राँटे गलिनु शतमूली र मुसली, जडी बूटी धेरैथरि महसरी खाइ हिँडियो ।
कतै सिप्लीगानै उसिनि भुबुरामा पनि भक्यौं, कतै खायौं तारा-चुक र वनदाडिम् वनकला ।
बबुर्का काचा फल् सलिलसित टर्रा पनि भक्यौं, पुरातत्त्वान्वेषी बनिकन घुम्यौं भूतल भरी ।
मातृभूमि पितृभूमि पूण्यभूमि हाम्रो । हिँउचुलीले झलमल्ल हेर कति राम्रो ॥
यसैमा जन्म्यौं, यसैमा हुर्क्यौं, यसैमा बिलाऊँ । फुटेका भाई जुटेर सबै, छुटेका मिलाऊँ ॥
ऋषि-कृषि मिलि गर्थे, कर्मकाण्डादि राम्रा । त्रिभुवनभरि उइले, गोत्र आदर्श हाम्रा ॥
ऋषि-मुनि हुनुपर्ने विश्वका आजकाल । सिसि-मुनि हुन थाले, हेर कस्तो छ चाल ? ॥
हिमाली जरी, हिमाली वुटी, हिमाली पनाले । उपयोग गरौं, उसै न मरौं, सकल जनाले ।
लङ्कामा लाग्यो, छातिमा चोट, सुषेण झिकाये । हनुमान् हाली, हाम्रो हिमाली, ओषति झिकाये ।
त्यै देश आज, विदेशबाट ओखति खाँदैछ । जरी र बूटी, अर्काले लुटी विदेश लाँदैछ ।
लाजको मर्नु, अब के गर्नु ? भनन सज्जन ! कुटीर उद्योग, शक्तिको संयोग, गरौं न महान ! (योगिनरहरिनाथ)

ॐ शिवगोरक्षनाथाय नमः ॐ धन्वन्तरये नमः ॐ अलक्षपुरुष नमः योगिनरहरिनाथाय नमः ॥

आयुर्वेदज्ञ धर्ममहारसको तेस्रो कृति 'आयुर्वेदिक जडीबुटी विज्ञान'पछि चौथो कृति 'महारसनिघण्टु' सज्जन एवं विद्वद्वर्गसमक्ष आइपुगेको छ । सत्ययुगमा लङ्काको वैद्याचार्य पनि शरणागत हुनुपरेको अखण्ड हिमालयका दिव्यतम जडीबुटीहरूको भण्डार संग्रहालय सम्पूर्ण विश्वमानवसमुदायको कल्याणार्थ महारसनिघण्टुका रूपमा ओइरिएको छ । यसको सदुपयोग मात्र गर्न सकियोभने राष्ट्रसमृद्धिका निम्ति चिन्तित भइरहनु पर्नेछैन, समाज र राष्ट्रले आर्थिकसमृद्धिका निमित्त कसैको ढोका चाहार्दै भौंतारिनुपर्दैन । माल पाएर भएन, चाल पाउनुपर्‍यो, महारसनिघण्टु हातमा आइसकेपछि चाल पाइएन भन्ने गुनासो पनि अब बाँकी रहँदैन । हिमालयकै जडीबुटीहरू लगेर रसायन मिसाई बनाइएका विविध औषधिहरू छिटो सन्चो हुन्छ भन्ने लोभमा प्रयोग गर्ने बानीले राष्ट्रले स्वास्थ्य एवं आर्थिक विकासका क्षेत्रमा अकल्पनीय नोक्सान बेहोरिरहेको सबै सामू छर्लङ्गै छ । स्वदेशको ढुकुटी रित्तिँदै जाने, समाज ख्याउटे मरञ्च्याँसे हुँदैजाने र यताबाट विदेशतिर पैसाको खोलो बगिरहने तथ्य हामी कसैबाट लुकेको छैन । हामी जुन कुरो त्याग्दै गइरहेका छौं, अरूहरू त्यही कुरो समात्दै आइरहेका छन् । हाम्रा मौलिक शब्दावलीहरूसमेत अङ्ग्रेजीकरण हुँदै

फर्किइरहेका छन्भने यताबाट बोरामा खाँदिर लगिएको जडीबुटीमा रासायनिक पदार्थ मिसाएपछि चिटिक्कका पुरिया तयार भएर फेरि यतै फर्किएका छन्, धनजति उतै सोहोरिएका छन् । त्यसैले स्यान्स्कृट, योगा, प्राणायामा, अर्ग्यानिक फूड, हर्बल प्रोडक्ट्सजस्ता शब्दावलीहरू आउन थालेका छन् । योग र प्राणायामको अर्थ हामीलाई उतैकाले आफ्नै लयमा बुझाउँछन् । हिमवत्खण्डसँग रहेको विपुल औषधभण्डारको सदुपयोगबारे संसारभर ख्याति चुलिइरहेको सबैले जानेबुझेकै छौं । नेपालका सर्वश्री विद्वान् राष्ट्रगुरु योगी नरहरिनाथकै शब्दमा भन्नुपर्दा 'पराञ्चि खानि व्यतृणात् स्वयम्भूस्तस्मात् पराङ् पश्यति नान्तरात्मन्' अर्थात् परमात्माले आँखा, कान बाहिरतिर फर्काएर बनाइदिएकाले सर्वसाधारण प्राणीहरू बाहिर हेर्छन्, बाहिरको सुन्दछन्, बाहिरको जान्दछन् भन्ने भनाइ हाम्रो सन्दर्भमा ठ्याक्कै मिलेको छ । हामीलाई आफन्तभन्दा पराया नजिक, आफ्नोभन्दा बाहिरको राम्रो र स्वदेशभन्दा विदेश प्यारो लागेको छ । हाम्रो यो प्रवृत्तिले धर्ममहारसजस्ता साधक र यसप्रकारका योगदानहरूलाई 'भिल्लको देशमा मोतिको पहाड' उखानलाई चरितार्थ तुल्याएको छ ।

कहीं झरी-वर्षादको हिलो-चिप्लो त कतै जुकाको थुप्रो, कतै अन्धकार र कुहिरो त कतै पहिरो, कतै अत्यन्त कष्टकर उकाली-ओरालीको यात्रामा बाघ, भालु, सर्प, हात्ती, गैंडा, वनेल लङ्गुरेबाँदरजस्ता अनेक हिंस्रकजीवहरू भएको घना वनमा खर्च न पर्च महिनौं दिन लगाएर विनाभोजनपानी आवासको अलावा पनि तपस्यारत ऋषिमुनि-गुरुकुलको विद्यार्थी धर्ममहारसले सर्वजन कल्याणको लागि आयुर्वेदीय-जडीबुटी अन्वेषणमा समर्पित जीवनको ५० वर्ष वारपार गर्नुभएको छ । गोरखनाथको आदेशअनुसार ब्रह्मलीन विश्वगुरु योगी नरहरिनाथज्यूको मार्गनिर्देशनबमोजिम महारसनिघण्टु जनसमक्ष आउँदा गोरक्षराष्ट्रमा खुशी लागेको छ । विश्वकल्याणकारीशास्त्रबाट यथाशक्य सबैले लाभ लिनुहोला । ध्यानाकर्षण ! परमुखी विज्ञ-विशेषज्ञ/व्यापारी/अधर्मी शैक्षिकवर्गको शोषणदेखि, आदिनाथ आयुर्वेदीय धर्म-संस्कृति सनातन सभ्यपरम्परा संरक्षण-सम्वर्द्धनहेतु आइरहने समस्याका पराकाष्ठाद्वारा, राष्ट्रको असहयोगबाट...चेतना भया ! जय गोरख । वैदिक-आर्ष दर्शनले आत्मसात् गरेको खानपान र आचरण व्यवहारले कल्प-कल्पान्तसम्म पनि ऋषिमुनि तथा साधकहरूलाई स्वास्थ्य सुदृढ तुल्याएको सबैलाई जानकारी छ । प्राचीन ऋषिमुनिहरूको महानतम योगदानले विश्वमानवसमुदाय कृतज्ञ बनेको छ । तसर्थ हामी सबैले आफूसँग रहेका विपुल स्रोत र शक्तिको भरपूर उपयोग गरी घर, परिवार, समाज र राष्ट्रलाई समृद्ध तुल्याउनका निमित्त अन्वेषक धर्ममहारसको आयुर्वेदिक जडीबुटीविज्ञान र महारसनिघण्टुजस्ता कृतिहरूको ठूलो उपयोगिता रहिरहनेछ । यस अर्थमा कृति बनाउनका लागि अनुसन्धानकको जति नै प्रशंसा गरे पनि कमै हुन्छ । अखण्ड हिमालयका पुष्टिकर दिव्यतम् औषधिजन्य वनस्पतिहरूको पहिचान गरी विश्वमानवसमुदायको सुस्वास्थ्य एवं दीर्घायुका निमित्त धर्ममहारसको कलम चलिरहोस् । ॐ शिवगोरक्षनाथः जय नरहरे !

गोरक्षपीठ-सिद्धाचल, मृगस्थली, गोरक्षराष्ट्र, नेपाल

**Nepal is a treasure house of herbal plants with great medicinal values. Yogi Dharma Maharas has done a commendable work in treatments, researching, collecting, cataloging and explaining the importance of all those Ayurvedic herbal plants. His work is a boon to the entire humanity. I hope the world will definitely appreciate this monumental work, which has been inherited from the ancient sages who discovered those plants in education from their Risimuni-Gurukul.**

**Jayaraj Acharya, Ph.D.**
**(Fromer Ambassador to the UN) 2076-01-30**

ॐ

अविनाशी अलखको सृष्टि-सर्जनमा अपूर्ण केही छैन । उनको षडचन्त्रभित्र नवनिधि, नवरस, नवद्वार सबै परिपूर्ण छन् । सृष्टि, स्थिति र संहारको त्रिवेणी-तीर्थ तल-माथि भइरहेकै हुन्छ । यसैले अलखनिरञ्जनको यस मायामय संसारमा रोग पनि छ, भोग पनि छ र मुक्ति पनि छ । **'अमन्त्रमक्षरं नास्ति नास्ति मूलमनौषधम्'** अनुरूप **'–योजकस्तत्र दुर्लभः'** को अवस्थामा हामीहरू भिल्लका देशमा मणि भएर पनि थाहै नपाएजस्तो गरेर दरिद्रचिन्तनले ग्रस्त हुँदै परदेशले केही गरिदिन्छ कि भन्ने आशैआशको पाशमा बाँधिइरहेका छौं । त्यस्तो योजकको खोजीमा हजारौं रोगाक्रान्त शरीरहरू विदेश पुगेर आफ्नो घरखेत स्वाहा पारेर घाटको लागि स्वदेश फर्काइएका पीडादायी कथा पनि हाम्रो नियतिगाथाको रूपमा हाम्रो समाजमा छरपष्ट देखिने र सुनिने गरेका छन् । ऋषिमुनिहरूले देखाएको बाटो हिँड्न छोडेर पश्चिमीगोलार्द्धका मानिसहरूका पदचाप पच्छ्याउनाले हामीले हाम्रै हिमाल, पहाड र तराईका अमृतमय जडीबुटीहरूको बेवास्ता गऱ्यौं वा उपेक्षा गऱ्यौं । ऋषिमुनिहरूले हाम्रा पुर्खाहरूलाई सिकाएको आदर्श जीवनशैली आहार, विहार र औषधका सिद्धान्तहरूलाई नअपनाएर हामीले परमुखी जीवनपद्धतिलाई अँगालेर आफूलाई समेत गुमाउन लागिसकेको अवस्थामा अनुसन्धानमय कठोर तपस्याको फलस्वरूप तयार भएको महारसनिघण्टुनामक यस वनौषधि कोशले श्रीधर्ममहारस योजकलाई हामी समक्ष स्थापित गरिदिएको छ । यसले "सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः" मा ठूलो योगदान पुग्नेभएकोले मानव र जीव जगतको लागि यो अत्यन्त हर्षको कुरा हो ।

**"यस्य देशस्य यो जन्तुस्तज्जं तस्यौषधं हितम्"** यस आयुर्वेदीय सूक्तिअनुरूप प्राणी जुन ठाउँमा जन्मिएको हो त्यसलाई त्यही ठाउँको औषधि हितकारी हुन्छ । यही सिद्धान्तको अनभिज्ञताका कारण पनि आजको मानव समुदाय दुःखित भएको छ । महारसनिघण्टुले यस्ता सबै दुःखी र पीडितहरूमा सञ्जीवनीको काम गर्नेछ । महारसनिघण्टुको यस प्रणयनलाई म सहर्ष साधुवाद प्रकट गर्दछु । यस्तै परोपकारी लोकहितका विषयहरूमा प्रकाश पार्ने रचनाहरू अरू पनि थपिँदै जानेछन् र धर्ममहारसको करकमलबाट लेखनीको कहिल्यै विश्राम हुनेछैन भन्ने कुरामा पूर्णविश्वस्त हुँदै प्रस्तुत महारसनिघण्टुको सर्वोपयोगिता, सफलता र लोकप्रियताका लागि हार्दिक शुभकामना प्रकट गर्दछु । जय गोरखनाथ ।

**योगिबलभद्रनाथ**
**श्रीशिवगोरक्षनाथपीठ सिद्धाश्रम आदिपुष्कर (कास्की)**
**मिति : २०७६/०१/२०**

## प्रकृति र जीवनरक्षा आज अति आवश्यक : मानसाग्नि

गतिशील साधनाको जीवन तथा वैद्यकीय अभ्यासबाट सामाजिक सेवामा समर्पित ऋषिमुनि-गुरुकुलका शिष्य आदीम परम्पराका साधक, आयुर्वेदीय वनस्पतिका शोध-खोजकर्ता एवं अन्वेषक योगी धर्ममहारसद्वारा प्राणीहरूको प्राकृत प्रवृत्तिको संरक्षण-सम्वर्द्धनहेतु मानवकल्याणकारीशास्त्र महारसनिघण्टु बनाएर जनहितार्थ समर्पण गरिएकोले यो प्राच्यविद्याद्वारा सनातन जनस्वास्थ्यको पूर्वाधार कायम हुनुका साथैं प्रकृति र जीवनको सुरक्षा सम्भव छ । म यस पुनीत कार्यबाट औधि खुशी भएको छु र कर्मयोगी धर्ममहारसलाई साधुवाद प्रकट गर्दछु ।

# प्रकाशकीय

आजका मानिसको जीवनचर्या अस्तव्यस्ततापूर्ण रहेको तथ्य सर्वविदितै छ । प्रायः व्यस्त जीवनका मानिसहरू कुनै न कुनै प्रकारका रोगले ग्रस्त देखिन्छन् । प्रत्येक व्यक्ति यस्तो सन्त्रासबाट मुक्त हुन चाहन्छन् । जसका लागि हाम्रो गाउँघर र समाजका वरिपरि रहेका प्राकृतिक जडीबुटी सहायक हुन सक्छन् । ताजा निर्दोष जडीबुटीमार्फत गरिने चिकित्सालाई हानिरहित प्राकृतिक आयुर्वेदिक चिकित्सा पद्धति भनिन्छ । शरीरद्वारा नै हरेक धर्मकर्म-साधनाहरू पूर्ण हुन्छन् । शरीर स्वस्थताका लागि यम-नियम/पथ्य-अपथ्य उचित आहारविहारमा ध्यान पुर्‍याउनुपर्दछ । वैदिक आयुर्वेदीय पद्धति सनातनदेखि हाम्रा ऋषिमुनिहरूले गरिंदै आएको प्रचलित एवं पौरस्त्य चिकित्सा हो । यसको विकासमा ऋषिमुनि-गुरुकुलको महानतम अथक प्रयास रहेको छ । उनीहरूमा सदैव परोपकारको भावना अन्तर्निहित हुन्थ्यो, जसको फल आज हामी उपभोग गर्न पाइरहेका छौं । हाम्रो सनातन शैव गुरुकुल र पूर्वीय वाङ्मयमा चारवेद र त्यतिकै सङ्ख्यामा उपवेदहरू रहेका छन्, जसमध्ये आयुर्वेद पनि एक हो । यसका आद्य प्रतिष्ठापक महायोगेश्वर शिव महावैज्ञानिक हुनुहुन्छ । आदिनाथ शिवबाट शुरु भएको सनातनपरम्परामा भगवान् धन्वन्तरि, सुश्रुत, चरकसंहिताका रचयिता चरकजस्ता प्रखर आयुर्वेदिक चिकित्सकहरू आइसकेका छन् । आज मान्छेको जीवनलाई निरोगी बनाउने कैयौं व्यावहारिक जीवनोपयोगी आयुर्वेदिक चिकित्सा प्रणाली हरतरहले विकास भइसकेका छन् । यिनलाई विश्वव्यापीकरण गर्ने लहर नै चलेको छ । जसको परिणामस्वरूप मानिसमा आरोग्य बढिरहेको छ । यो मानिसलाई दीर्घजीवी बनाउने र स्वस्थ तथा निरोग राख्ने पौरस्य महत्त्वपूर्ण शास्त्र हो । आयुर्वेद र स्वास्थ्य एकअर्कामा फरक छैनन्, एउटै चिकित्सा हो ।

नेपालमा स्वस्थ बनाउने र अमृततत्त्व प्रदान गर्ने कैयौं प्राकृतिक जडीबुटीहरू रहेका छन् । हाम्रो देश प्राकृतिक वनस्पतिहरूले भरिपूर्ण छ । सोही महत्त्वपूर्ण वनस्पतिलाई अन्वेषण गरी मूर्तता प्रदान गर्ने अभाव भइरहेका समयमा **आयुर्वेदिक जडीबुटी विज्ञान, महारसनिघण्टु** अनुसन्धानमूलक ग्रन्थ प्रकाशमा आएको छ । यस ग्रन्थमा सरल, सहज, सर्वमान्य, साधारण-सर्वत्र सस्तोमा उपलब्ध हुने, अति महत्त्वपूर्ण, दुर्लभ तथा लोपोन्मुख नेपालका कुनाकाप्चामा पाइने अनकन्टार हिमालयका जडीबुटीहरूको र तिनको परिचय प्रयोगसम्बन्धी ज्ञानपरक कुराहरूको राम्ररी चिरफार गरिएको छ । **तीन दशकको एकल प्रयास**मा यस्तो अनुसन्धान गर्नु जडीबुटी विज्ञ योगी **महारस**को प्रशंसनीय र परोपकारी काम हो । यस्ता शोध-अनुसन्धानका कार्यलाई आगामी दिनमा निरन्तरता प्रदान गर्नुहोस् भन्ने विनम्र कामनासमेत गर्दछौं ।

नेपाली राष्ट्रिय अर्थतन्त्रको मेरुदण्डलाई बलियो पार्ने हो भने सर्वत्र जडीबुटी खेतीको विकास र आयुर्वेदिकद्रव्यहरूको व्यापक उपयोग नै गर्नुपर्छ । यस भूमिमा उपलब्ध आयुर्वेदिकजडीबुटी स्रोतहरूको एकातिर आज संरक्षण अभाव भइरहेको छ भने अर्कातिर गैरकानुनी बेचबिखन र अज्ञानताले हामीलाई देशविकासमा गम्भीर असर पारेको छ । प्राकृतिक स्रोतसाधनविना मानवजीवनको परिकल्पनासमेत गर्न सकिँदैन । तसर्थ, बेलैमा यसको समुचित प्रयोग र संरक्षणतर्फ लाग्न यस ग्रन्थले नेपाली जनतालाई प्रेरणा दिन सके अन्वेषक/लेखक र प्रकाशक सबैको पवित्र उद्देश्य सार्थक हुने थियो । जनहितका लागि आयुर्वेदिक जडीबुटी स्वास्थ्यबाट सबै जनाले व्यापक लाभ स्वास्थ्य लाभ लिन अग्रसर हुनपर्छ ।

सनातन-परम्परागत रूपमा काम गर्दै आएका श्रद्धेय वैद्यगणलाई परिवारका सदस्यले समेत साथ नदिएका कारण ऋषिमुनि-गुरुकुलविद्या लोप हुँदै गएको छ । यहाँ शहरीकरणको नयाँ कारणले वंशजका विद्या लुकाएर-छिपाएर राख्ने अनि मर्ने प्रवृत्ति बढेकाले भोलिका दिनमा सनातन परम्परा नचल्ने र पूर्णतया हराएर जाने सम्भावना छ । विश्वका स्वास्थ्य वैज्ञानिकहरू हाम्रो प्राचीनविद्या सिक्न/जान्न अत्यन्तै आकर्षित भइरहेका बेलामा हामी यहाँ केही नगरिकन बस्नु, चुपचाप-मौनता साँध्नु, परमुखी भई रमिता हेर्नु पक्कै पनि राम्रो होइन । भविष्यमा पछुताउनुभन्दा प्राच्यविद्या संरक्षण-संवर्द्धनमा लाग्नु श्रेयस्कर भएकाले यो ग्रन्थ प्रकाशन गरी जनचेतना फैलाउन आवश्यक देखिएको छ । त्यसैले **'बृहत्आयुर्वेदिक जडीबुटी सङ्ग्रह-महारसनिघण्टु'** प्रकाशमा ल्याएका छौं ।

**प्रकाशक :**
**शान्त गौतम**
**विद्यार्थी पुस्तक भण्डार ।**
**भोटाहिटी, कमलपोखरी, काठमाडौं**

# अन्तरात्माको अनुरोध

आयुर्वेदिक संस्कृतिलाई व्यवसायीकरण गर्न सकिएको छैन, आजकाल हामी शैव सनातन ऋषिमुनि-गुरुकुलमा बसिँदैन, वेद-वेदाङ्ग पढिँदैन, आजको आधुनिक विद्यालयका शिक्षामा पढाइन्न, प्रयोगात्मक र व्यावहारिक ज्ञानविज्ञान सर्वत्र मिल्दैन, सनातनविद्या तथा कला मानेनौं-जानेनौं, आयुर्वेदिक-वनस्पति हरियो वन नेपालको धन र संसारको मनमा ध्यान गएन, महत्त्वपूर्ण जडीबुटी र वृक्षरोपणको निरन्तरता छैन, लोपोन्मुख र दुर्लभ आयुर्वेदिक कृषि-वनौषधि लगाइन्न, सरकारी कार्यालयमा गैरकानुनी प्लास्टिकका वनस्पति सजिएका छन्, कसैले उपलब्धिहीन बिरुवा किनाएका छन्, सङ्कलित जडीबुटीलाई यथासमयमा बेचेर रुपियाँ पाउँदैनन् र धेरै सस्तोमा बिचौलिया-दलालीलाई सुम्पिनुको विकल्प देखिँदैन, छलफल चल्छ-शुद्ध क्रयविक्रयको व्यवहार हुन्न, दर-कति अर्थात् कानुनअनुसार कागजातसहित किनबेचको मूल्य निश्चितविन्दु अथवा बजारभाउ किटान छैन, व्यावसायिक खेती छैन, कुहिएका चीजहरूले शहर-बजार भरिएका छन्, उत्पादन पुराना भएर सडेका वस्तुहरूको विज्ञापन बढ्दो छ, कृषिकेन्द्रमा विशुद्ध बीउ-बीजन र गतिलो बिरुवा पाइँदैन, अर्काको बुई चढ्ने शैलीका कारण नेपालमै पाइने वस्तु प्रशस्त हुँदाहुँदै विदेशी वस्तुहरूलाई आयातमा रोक लगाइन्न, करछुट गरिन्छ, यहाँका उत्पादित चीजवीज कुहिएर गएको सरकारलाई अत्तोपत्तो छैन, अन्तर्राष्ट्रिय निर्यातमूल्य बजारभाउ निश्चित नहुनु, यहाँ सरोकारवाला र नेपालसरकारलाई चासो छैन-जडवत् मौन, कर्मयोगी सक्रिय व्यक्तिहरूले सदाशयता-सहयोग नपाएर गरीबीमा पिल्सेका छन्, जिल्ला आयुर्वेदका औषधालय-अस्पतालमा औषधि छैनन्, जिल्लावनमा बीज-बिरुवा मिल्दैनन्, नेपालसरकारका सेवामा रहेका कर्मचारी विषयसम्बन्धित विज्ञ-विशेषज्ञ-वैज्ञानिक भइसकेपछि देशविकासमा योगदान गर्नुपर्ने बेलामा १०-२० वर्षमै अवकाश दिइएको छ, यहाँ तत्काल परीक्षण गर्न प्रयोगात्मक परीक्षणशाला छैनन्, जडीबुटीसङ्कलन ऋतुसम्मत छैनन्, भण्डारणमा वैज्ञानिकता छैन, शुद्ध तथा ताजा जडीबुटी बजारमा खोज्दा भेटिन्न, पौष्टिक जडीबुटी खाद्यका रूपमा प्रयोग गर्न सकेनौं, पोषण बनाएर खान जानेनौं, देश र जनतालाई निरोग रहने अत्यावश्यक जिउने कलाका सूत्र सिकाउन सकिएन र पङ्गु हुँदै गइयो, बेरोजगारीका कारण युवाशक्ति र शिक्षाखर्च विदेश पलायन छन्, घर-गाउँ छोडी जनता शहर-बजारमा वस्नुपर्ने बाध्यता किन आयो ??? गाउँफर्क अभियान नारामात्र रह्यो, देशविकास गर्ने कार्यकारिणी सरकारको दृष्टिकोणमा गति छैन, खेतीयोग्य भूमि बाँझो छ, सरकारले विज्ञ-विशेषज्ञ र उद्योगी-पुँजीपतिलाई देश बनाउन अनुरोध गर्दैन, राष्ट्रिय ढुकुटी अनुत्पादनशील कार्यमा खर्चिइन्छ, आजसम्म राष्ट्रको गर्भमा रहेका प्राकृतिक सम्पदालाई पेटेन्टराइट र ट्रेडमार्किङ प्रमाणपत्र नमिलेको कारण सरकार प्रयत्नशील छैन । यहाँका विज्ञहरूले केवल विदेशी कम्पनीका वैज्ञानिकलाई सघाउने र नेपालसरकार उनीहरूकै पछि लाग्ने गतिछाडा मतिहीनहरू पथभ्रष्ट हुँदा आज गरीबी र रोगी मानसिकताले हामी वर्बाद भयौं ! नेपालसरकारका योजना र कार्यक्रम केवल कागतमा सीमित देखिन्छन् । आयुर्वेदिक पथ विषयवस्तुलाई छोडी चोरीबाटो अपनाएर विकासको नाममा बजेट सिध्याउने चलखेल धेरै खतरा छ ... दुर्भाग्यपूर्ण छ ।

आफ्नो जन्मभूमिका हरियाली वनस्पतिहरू नचिन्ने, प्राकृतिक सम्पदाबाट लाभ लिन कत्ति नजान्ने, जडीबुटी संरक्षण विस्तारका लागि खेती गर्दै नगर्ने, आफ्नो उपचारमा रोग लाग्दा स्थानीय झारबुटी औषधिविज्ञानका बारेमा प्रयोगको जानकारी नहुने अर्थात् बनाएर खानै नसक्ने, प्राणवर्द्धक एवं जीवनीयतत्त्वरक्षक अमृत तथा दिव्योपकारी जडीबुटीका ज्ञान नहुने, योगशक्ति तथा प्राणऊर्जा अपारस्रोतको केही पनि चाल नपाउने र जीवनभर परमुखी रहनेलाई नेपालआमाको श्राप लाग्दछ । वरिपरिका जडीबुटी सडेर खेरै गएको छ । सच्चा किसान अर्धमृत छौं, परम्परागत खेतीबाट घर-व्यवहार चल्दैन, किसानको अर्थ हो किनेको सामान नखाने परन्तु कुहिएको किनेर खाने अल्छी किसान अकृषकमा गनिएका छौं । आफ्नो शिरको जुम्रा देखिन्न, पेट कराएको थाहा पाइन्न, मुटु जलेको याद हुन्न, अन्तरपीडाले टाउको दुख्छ, पैताला पोलेर दिमागले काम गर्दैन । शारीरिक, मानसिक र आध्यात्मिक रोगी शरीरको प्रदर्शन गर्न जन्मभूमिमा पाप लाग्छ, आफूले पाएको सजाय डरलाग्दो छ । आफैँलाई ढाँटेर भ्रममा पारी अव्यावहारिक हुँदा कर्तव्यकर्मको महादोष लागेको छ । स्वयम्लाई सदा धोका दिएर बाँच्नु अपराध ठहरिएको छ । गरीबीको भोकमरी, अज्ञानताको पराकाष्ठा र घातक महारोगले सास फेर्नै नमिल्ने गरी बेइज्जत भएको छ । मानवसमाजमा अस्वस्थ प्रतिस्पर्धाको चलखेलरूपी महारोगले घेरेको छ, बाह्यऔषधि भित्र्याउने हस्तक्षेप बढ्दो छ। आन्तरिक शान्ति र मानवीय एकतामा खलल पुऱ्याउनेहरूले भाँडभैलो गराइदिएर भेदभावले ग्रसित छौं । अन्तर्राष्ट्रिय दबाब र अस्वस्थ अन्तहीन

प्रतिस्पर्धाले हामीलाई रुवाएको छ । बदलिँदो परिवेशमा सामना गर्नुपर्ने विभिन्न चुनौतिहरूसँगै हाम्रो आयुर्वेदिक संस्कृतिको व्यावसायिक समस्या थपिएको छ । जलवायु परिवर्तनले पर्यावरण जोखिममा गएको छ । खाद्यान्नसङ्कट र एकाएक तापक्रम बढ्दा असाध्यरोगहरू उत्पन्न भएका छन् । खडेरी चर्केका बेलामा वनक्षेत्रमा आगो लगाइएको छ । मध्यरातमा चल्ने कालो व्यापारले प्राकृतिकसम्पदा बचाउन मुस्किल छ, प्रकृति उजाड भएको छ । दिनानुदिन वनपैदावार दुर्लभ वनस्पतिहरू लोपोन्मुख हुँदै गएका छन् । प्रकृतिका समावेशी (Bio–Diversity) कुकाठ हटाउने नाममा वनविनाश रोकिएकै छैन । हामी सबैजना अल्छीका कारण गरीब बनेका छौं । आफ्नै कमजोरीका महादोषले हामीलाई नरकमा पुऱ्याएको छ । यहाँ रगत धेरै बगिसक्यो अब पसिना बगाउनुपर्छ । देशले सराप्ला अबेर भइसक्यो अब सबै मिलेर विकास गर्नुपर्छ ।

हिजो-आज यो संसारमा धनाढ्य पुँजीपतिहरू थप सम्पत्ति आर्जन गर्न मरिहत्ते गर्छन् तर दिव्यजडीबुटी संरक्षण-संवर्द्धनमा ख्याल राख्दैनन्, छिटो नाफा कमाउमा लाग्छन् । प्रशासनतन्त्र यिनीहरूका पक्षमा खडा हुन्छन्, विज्ञ-विशेषज्ञहरू मौन रहन्छन्, पत्रकार-कानुनविद्हरू बचाउमा हुन्छन्, ठूला-बडाहरूको यहाँ हैकम चल्छ, भ्रष्टाचारले सीमा नाघ्छ, अन्याय बढ्छ, अराजनीतिक प्रक्रियामा हात-हतियार चल्छन् मार्ने-मर्ने हुन्छ, जनतालाई सताएर हैरान पार्छन्, घोर अपराध र अराजकताले वैदेशिक चलखेल गराउँछ, अन्तर्राष्ट्रिय तस्कर-गिरोहहरू सक्रिय हुन्छन्, यहींभित्र सब छिर्छन्, आसेपासे र लोभीहरू किनिन्छन्, जसको विशाल संगठन हुन्छ । हामी जान-अनजानमा उनीहरूको मतियार बन्छौं, जाँतोमा घुनझैं पिसिन्छौं, यो नरकमा गरीबीको रेखामुनि पारिन्छौं र महागरीबीले अधमरोमा गनिन्छौं । जागिर नखाएका, प्रशासन संयन्त्रमा कहीं-कतै नबसेका, विदेशतिर नगएका, पढ्ने-लेख्ने अवसरवाट वञ्चित रहेका, शहर-बजारमा घर नभएका, दलगत सोझा कार्यकर्ता, राजनीतिमा लागेर कहिल्यै सत्तामा नपुगेका, स्वस्थकर खाने-पिउने चीज नभएर कुपोषणमा परेका, मानवसेवामा जिन्दगी बिताएका, जातीय, क्षेत्रीय र साम्प्रदायिक अज्ञानतामा पिल्सिएका, गरीबी र दमित-दलित कुभेदभावले कुल्चिएका, तल्लोजात भनिएका, हालसम्म राज्यका तर्फबाट कुनै सुविधाहरू नपाएका, जन्मजात रोगी एवं अपाङ्ग यहाँहरू सबैजनालाई स्वागतम्, आउनुहोस् अब हामी देशका लागि केही गरौं । यहाँ गरीबहरूलाई सम्झाउन सकिँदैन र ज्ञानी गराउन धेरै गाह्रो छ, मध्यमवर्गीय व्यक्तिलाई फुर्सद कत्ति छैन, धनीवर्गलाई देशविकासको मतलव नै छैन । यद्यपि हामीसँग अब समय ज्यादै कम छ । सबैजना एक ठाउँमा बसेर अगाडि बढौं । जो जहाँ छौं त्यहींबाट उठौं । 'सङ्घे शक्तिः कलौ युगे' वा 'सङ्घं शरणं गच्छामि' अर्थात् धेरैजना रहेका कर्मयोगको संगठनमा जनशक्ति हुन्छ किन्तु अचेल गफगाफमै समय खेरै फालेर जिन्दगी त्यसै बिताएका छन् । यो संसारमा कर्मयोगको उच्चस्थान छ । कर्ममा समर्पित व्यक्तित्वहरू पाञ्चभौतिक संसारमा र आध्यात्मिक गहिराइका कारण अति उच्चस्थानमा पुग्छन् ।

आयुर्वेदिक जडीबुटीद्रव्यका रासायनिक पदार्थहरूको विश्लेषण अत्यन्त कठिन काम हो । १-५ तत्त्वहरूका नाम अङ्ग्रेजी केमिकल सूत्रमा जो कसैले बुझ्न अति मुस्किल पर्छ । हाम्रो भाषामा शब्द बनाइएकै छैनन् । एउटै केमिकलले हरेक मानिसमा फरक र भिन्न नतिजा दिन्छ । रासायनिकतत्त्व एवं औषधीयसत्त्वका अतिसूक्ष्मतत्त्वको अणु-परमाणुका बारेमा वैज्ञानिकसमेत दिग्भ्रान्त छन् । प्रयोगशाला (Lab) वाट पदार्थगत विश्लेषण गरी हुवहु लेखाइ र पढाइमात्रले पुग्दैन । कुन द्रव्य वा वनस्पतिमा के-कति रासायनिक सङ्घटन छन् ? रासायनिक गुण-धर्म र दोषका वारेमा किन व्याख्या गरिँदैन ? सर्वसाधारणलाई ज्ञान हुने र अवगत गराउने अन्तर्राष्ट्रिय ल्याबको आज अत्यन्तै आवश्यकता छ । अतः गतिशील रहने कर्मयोगी सदा खट्छन् । विडम्वना ! कोटि-कोटि वनस्पतिहरू कुनै न कुनै रूपमा प्रयोग भइरहेका छन् । प्राणीहरू कीटपतङ्गदेखि पशुपन्छीलगायत समस्त मानिसले प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष तरिकावाट उपयोग गरिरहेकै हुन्छन् । खानपिनदेखि श्वास फेर्नेसम्मका हरेक कुरा यिनै जडीबुटी र बोटवृक्षसँग सम्वन्धित छ । आहार, औषधि, व्यापार, उद्योग-धन्दा आदि आवश्यकतानुसारका जुनसुकै काम चलिरहेकै छन् । जडीबुटीका नाम लिनासाथ सबै मानिसका कान ठाडा हुन्छन् । सानादेखि ठूलासम्म हरेक व्यक्तिका सकरात्मक दिमाग चल्छन् । नकारात्मकहरूले खुट्टा तान्ने, सताउने-बारम्बार दुःख दिइरहने, निहुँ खोज्ने, असहयोग पुऱ्याउने, अर्को दूषितमान्छे लगाउने, लेख-रचनाहरू हडप्ने, बुक फाइल ह्याक गर्ने, कम्प्युटरकृत ग्रन्थबाट चोरी गरी नक्कल पार्ने, विषय वा प्रसङ्ग बाहिर गएर गलत व्याख्या गरी हैरान पार्ने/अल्झाउनेहरू पनि यही विषयभित्र कु धेरै भेटिन्छन् ।

प्राच्यविद्या वैज्ञानिक चिकित्सालाई नजानेर-नमानेर परमुखापेक्षी हुनाले आजका हामीहरूले दुःख पाउँदै छौं। आयुर्वेदको नाम छोडेर स्वास्थ्य शब्दलाई प्रयोगमा ल्याइयो । आयुर्वेद भन्नु नै स्वास्थ्य हो । सनातन-पुरातन भनेर घचेटियो । आयुर्वेदिक जडीबुटी र ऋषिमुनिद्वारा प्रवर्तित गुरुकुलविद्यालाई लोपोन्मुख गराइयो । सनातन स्थानीय र घरेलुचिकित्सा हराइसकेको छ । सयौं जात-जातिको फूलबारीका रूपमा विकसित भएका हामीले आफ्नो भाषा र लिपिको संरक्षण एवं संवर्द्धन गर्न सकेनौं । हरेक समुदायमा आयुर्वेदीय संस्कृति समाप्ति हुँदै सङ्कटोन्मुख अवस्थामा छ । हाम्रो आदिम उपचारपद्धति धरापमा परेको छ । आयुर्वेद धर्म-संस्कृति बिस्तारै नष्टभ्रष्ट हुँदै गएकाले यो तपोभूमिका साधु-सन्त, योगी, कर्मयोगी, गुरुजन र महापुरुष पनि गुपचुप भई अज्ञात बन्दै बस्नुपर्ने अत्यन्त प्रतिकूल परिस्थिति सिर्जना भएको छ । चाहेर पनि आन्तरिक चिन्तनसँगै आध्यात्मिक मानवसेवा गर्न सकिरहेको अवस्था छैन । भौतिक सुखसुविधामा चुर्लुम्मै डुब्ने नक्कली भेषधारी साधु-सन्त भनाउँदाहरू मृत्युलोकको भुमरीमा फसिरहेका छन् । ढोंगीहरू देखौटे धार्मिक बन्ने अनि सांसारिक घनघोर कुकृत्य गरेर आदिम शैव-प्राकृतिक धर्मविरुद्ध विकृति ल्याएका कारण धार्मिक, पर्यटकीय तथा आध्यात्मिक देश बन्न सकिरहेको छैन । ढोंगी व्यक्तिका कारण अधार्मिकता र नास्तिकवादमा अल्झियो र परधर्ममा फस्यो अनि सनातनलाई भुल्यो । कर्मयोग र आयुर्वेदिक सुसभ्यसंस्कार स्वधर्मको मूलमर्म र आध्यात्मिकता छोड्दै पाखण्डता छायो । नेपालको हित पुऱ्याउने आर्थिक अवस्थालाई उकास्ने आयुर्वेदसिवाय अर्को विकल्प छैन । थोरै भए व्यक्तिपिच्छे फरक र धेरै भए एक गाउँको एक उत्पादन गर्नुपर्छ । छिमेकी देशहरूमा आयुर्वेद औषधि अशुद्ध र नाममात्र रहेकाले नेपालमा शुद्धतामा समस्या आएको छ । आयुर्वेद संस्कृति समाप्त पार्ने षड्यन्त्रले 'त्वं शरणम्'को चलखेल बढेर आफूले केही नगर्ने स्थानीय जडीबुटीलाई कुनै मतलव नराख्नेहरू धेरै भए । मागेरै यहाँ चल्न थाल्यो । हातमा धूलो-मैलो लाग्ने डरले, परिश्रम गर्न नरुचाउने काम गर्ने बानी नभएका किताबीवैद्यहरूबाट आयुर्वेद अचेल एलोपेथीसमान भयो, बजारका अशुद्धद्रव्य हानिकारक हुन्छन्, ढिलासुस्तीले असफलताको रोग हात लाग्छ र मानिसलाई बचाउन सकिन्न । राम्रो शुद्ध जडीबुटी र द्रव्य पाउन मुस्किल हुँदै गयो। यहाँ श्रममूल्य बढ्यो । फलस्वरूप पोषकहरू धेरै महङ्गो पर्न गए । रसायन-पौष्टिक र रसादि-भस्मादिको उपचारमा लाखौं रुपियाँले नपुग्ने देखियो । यसै क्षेत्रका विज्ञ-विशेषज्ञ र सरकारको निर्णायक क्षमताको अभावका कारण देश धेरै पछि पऱ्यो । अव पश्चात्तापबाहेक हामीसँग केही रहने छैन । भविष्यमा नयाँ सन्ततिले आयुर्वेदको नाममात्र सुनेर मर्नुपर्ने वाध्यता आउँदैछ...त्यो खराबदिनदेखि सावधान !

जैविक विविधताको धनी देश नेपालवाट आनुवंशिक स्रोत संसारभर विस्तार भएको छ । वैज्ञानिक-पर्यटक, अनुसन्धानकर्ता, विदेशी संघ-संस्थाका प्रतिनिधि, विदेशी विश्वविद्यालयका विद्यार्थी, क्रेता-विक्रेता आदिले प्राचीन-परम्परागत अमूल्य धरोहर प्राकृतिक-सम्पत्ति हाम्रो भू-वनोटको आनुवांशिक स्रोत खाद्यवालीका अनेक प्रजाति तथा जडीवुटी-वनस्पतिको विभिन्न अध्ययन गरिरहेका छन् । आफ्नै स्थानीय बीउ-बीजन, जडीवुटी, परम्परागत ज्ञानले परदेशीलाई स्वागत गर्न पुग्छौं । आफ्ना रैथाने बीजलाई बहुराष्ट्रिय कम्पनीसँग किन्न वाध्य हुन्छौं । विशेषज्ञ मौन, प्रशासन गुपचुप हुँदै आफ्ना कुरा सबै अर्केलाई दिन्छौं । संसारमा नेपालमात्र एक यस्तो देश हो, जहाँ वनस्पतिका नामवाट हजारौं गाउँ-ठाउँका नाम रहन गएका छन् । जस्तै : असन, अमले, अर्मले, अर्चले, अर्खौले, आँपपीपल, आङ्खोप, आरुघाट, ओखरपौवा, उन्यूचौर, कटौजपानी, कफ्लेकी, कोतो, कोइराली, कुशेश्वर, कुभिण्डे, कटुसे, कमलपोखरी, कुसुम, खनाया, खयरमारा, खरकाँणा, खरिवोट, खिरौंले, गाईखुर, गोकुलेश्वर, गुलेरिया, चन्दनवारी, छत्तिवन, जोरसल्ले, जुटपानी, झापा, झुले, डुम्रे, तुते, रिठ्ठेपानी, चौतारा, झाँक्रे, चन्दननाथ, नागार्जुन, वान्द्रे, पीपलकोट, वरगाछी, मेलकुना, मौलश्री, गुलेरिया, वेलस्वाँरा, समीभन्ज्याङ, नारेश्वर, चापागाउँ, पोखरा, डोटी, अगैया, जिरी, फलाँटे, सालझुन्डी, सिमलघारी, काभ्रे, दार्चुला, गोगने, जामुने, सुनसरी, मोरङ्ग, भोजपुर, टिमुरे, सल्लेरी, दाउन्ने, विमिरे, विरालेझ्याङ, फापरवारी, पाकरी, फिरफिरे, पलाँसे, वोझेपोखरी, प्याकुरी, बाँसगढी, चिलाउनेडाँडा, गुल्मी, वृन्दावन, दुधौली, वाँझकोट, भाङखोरिया, लाँकुरीभन्ज्याङ, पालुङ, निउरे, रत्नाउलो, लप्से, निगाले, सिद्धवराहा, सिमीकोट, सिँगटी, पिप्ले, हरडो, यार्सा इत्यादि । आफ्नै जन्मभूमिका नामलाई कोष्ठकचिन्हमा बन्धक पारी विदेशी नाम अगाडि लेख्ने गलत प्रचलन र परशिक्षाले स्वदेशी ज्ञान-विज्ञानको महत्त्व नदिने कुसंस्कारको बिगबिगी चर्कंदो छ। नेपालमा विभिन्न देशका शिक्षितहरू गुरुकुलविद्या र परम्परागत ज्ञानविज्ञान सिक्न दिनानुदिन ओइरिइरहेका छन् । त्यसरी नेपाल भित्रिनेहरू सामाजिक सेवा र अनुसन्धानका नाममा विभिन्न निहुँ-बहानामा स्वदेशका अमूल्य जडीबुटी चोर्न र चोराउन उद्यत छन्।

## वर्तमान परिप्रेक्ष्यमा सर्वसाधारण जनताले जान्नैपर्ने कारणहरू : किन हामी आयुर्वेदिक-जडीबुटी नजानेर गरीब भयौं ???

१) जडीबुटी सही पहिचान गर्ने क्षमताको कमीले (२) वनस्पति खोज्ने-टिप्ने सङ्कलनको अज्ञानताले (३) सुकाउने तरिका नजानेर (४) दलालीप्रथाका कारण क्रेता-विक्रेताको सम्पर्कविहीन अवस्थाले (५) अनिश्चित बजारमूल्यले (६) सिमेन्टको चिसो गोदाममा वर्षौं थुपारिएका कुहिनै लागेका जडीबुटीहरू नचिनिएकाले (७) वैज्ञानिक भण्डारण र शुद्धताको अभावले (८) तथाकथित कपोलकल्पित र भ्रामक होहल्लाका सोचनीय र डरलाग्दा चरम विकृतिहरूले (९) आयुर्वेदिक उपचारमा मनोमानी महङ्गो शुल्क असुलीले ल्याएको बदनामीले (१०) रासायनिक पदार्थहरूको दुरुपयोग र अज्ञानताले मानिसहरूलाई अन्धकारमा चुर्लुम्मै डुबाएको परिस्थितिले (११) विभिन्न कम्पनीहरूले प्राकृतिक, जैविक र पौष्टिक खाद्य पुनर्जीवित गराउने (Natural, Organic & Food Supplements) नाममा अस्वस्थकर उत्पादनलाई सस्तो नारा र भ्रामक विज्ञापन गराएर जनताका आँखामा छारो हाल्ने प्रवृत्तिहरूले (१२) धेरै वर्ष भण्डारणमा थन्किएर कुहिएका फाल्नुपर्ने वस्तुहरू बजारमा पुन: बिक्रीका लागि ल्याइएका घनघोर महाविकृतिले (१३) आयुर्वेदिक जडीबुटीद्रव्यहरूद्वारा नै आधुनिक एलोपेथीका समस्त औषधि बन्ने गरेका हुन् भन्ने ज्ञानको कमी अर्थात् व्याप्त घोर अज्ञानताले (१४) सदुपयोग कम गर्दै, दैनिक घट्दै र कु र असङ्गत गर्नाले (१५) राज्यद्वारा अष्टाङ्ग आयुर्वेदलाई कर्मकाण्डी र धार्मिक मानिदिएकाले अर्थोपार्जनको बाटो बन्द भई उपेक्षित हुनुले (१६) हुनेखाने बिचौलियाहरू सधैं अगाडि तम्सिनाले (१७) गरीब निमुखा जनताहरू कहिल्यै अग्रसर नहुनाले (१८) आयुर्वेदिक सनातन संस्कार-संस्कृतिको स्वधर्ममा रहन नसकेर (१९) सरकार कर्तव्यकर्मबाट विचलित... शिक्षा र स्वास्थ्य सरकारीकरण गर्न नसक्नु...परिणामस्वरुप व्यापारीले अति महङ्गा नितान्त निजी शिक्षाका स्कुल, कलेज र अस्पताल खोलिदिनु (२०) लव्धप्रतिष्ठित वा विशिष्ट नागरिकहरूको ध्यान नपुग्नाले (२१) राज्यले आयुर्वेदिक विद्यालाई नबुझ्नाले इत्यादिका कारण आज यो स्वर्गीय नेपाल संसारको गरिब देश बन्दैछ ...हरिवियोग ।

विश्वभरिका हरेक समाजमा आयुर्वेदिक चिकित्सा सदासर्वत्र चलिरहेका प्रमाणहरू पाइन्छन् । हरेक देशमा विभिन्न उपचार गरिरहेका भेटिन्छन् । आजको आधुनिक र उन्नतचिकित्सा आयुर्वेदको मूलाधारबाट आएको हो । आदिम सनातन वैदिककालदेखि विश्वभर यत्रतत्र छरिएर रहेका हजारौं उपचार पद्धतिहरूको जीवित इतिहास आयुर्वेद नै हो । आजका दिनमा नाममात्रको आयुर्वेद बाँकी छ, जसले आयुर्वेदप्रणालीअनुसार काम गर्न सक्दैन । राज्यको कानुन आयुर्वेदलाई पनि एलोपेथीसरह एउटै वनाइएकाले आयुर्वेदप्रणालीअनुरूप अस्तित्त्वरक्षा गर्न चुनौती थपिएको छ । यसलाई अलग्गै आधुनिक र प्राचीन मानेर बस्नुपर्ने छैन । यसको आविष्कार सनातन हुँदाहुँदै एलोपेथी फार्मेसीमा राख्नु, घरघरमा दबाई बन्ने आयुर्वेदलाई होमियोपेथी, अम्ची, युनानी र हकिमी नाम दिइरहनु पर्दैनथ्यो । आयुर्वेद भनेर आएको भए कुनै अलमल र ढलमल भई बाटो बिराउनुपर्ने थिएन । संसारमा आयुर्वेदिक देश नेपाल भनेर चिनिन्थ्यो । रसादि, भस्मादिलगायतका प्रभावशाली औषधिलाई एकरत्तीको १०८-१००८ औं भाग गरी अणु-परमाणुको मात्रामा सेवन गर्ने प्रचलन सनातनदेखि आएको हो । आधुनिक विज्ञानले सूक्ष्मखनिजलाई (Poly Minerals) आजको नानोमेडिसन-सूक्ष्मातिसूक्ष्म अणुमय औषधि (Nano Medicines Mean One–Billionth or $10^{-9}$ or 0.000000001) नामकरण गरे पनि आयुर्वेदमा अस्तित्त्वगत परमाणुमापन सत्यसनातन हो । पश्चिमी सभ्यतामा १९८० को दशकमा खोजिएको देखिन्छ । जुन स्क्यानिङ टनेलिङ माइक्रोस्कोप (Scanning Tunneling Microscope) प्रयोगमा आएको हो । कार्वनको अर्को सूक्ष्मावस्था सुचालक-फुलरिनस (Fullerenes) १९८५ मा पत्ता लगाएपछि सूक्ष्मपद्धति द्रुतरूपमा अगाडि बढेको छ र त्यो सन् २००० तिर व्यापक व्यापारिक ढङ्गले बजारमा आयो । जसमा कार्बन नानोट्युबस्, सिमेन्टाइट नानोवायरस (Carbon Nanotubes, Cementite Nanowires) मार्फत विकासक्रम बढ्यो । वर्तमानमा अतिसूक्ष्म वाष्प प्रविधिक्रमअन्तर्गत सेन्सर (Censor) को अनुसन्धान भएको छ । जसले बाफमा रहेको सूक्ष्माति रसायनतत्त्व पत्ता लगाउन मद्दत गर्छ । आज विभिन्न कार्वनसूक्ष्मरेशा, जस्ताखियाका कण र पालधातुअंश (Carbon Nanotubes, Zinc Oxide Nanowires and Palladium Nanoparticles) को रूपमा विकासरत छ । झिना-मसिना भ्रम-गुमराहमा पर्नुपर्ने र शङ्का-उपशङ्कामा जिन्दगीका बहुमूल्य समय बर्बाद गर्नुपर्ने छैन । सर्वत्र र सदा-सर्वदा आयुर्वेद छ । अति सूक्ष्मपरमाणुमय (Pico$10^{-12}$ and Femto$10^{-15}$) पनि अस्तित्वमा छन् । अनेकौं र जोडकचिकित्सा एवं यन्त्रादिले भरिपूर्ण अत्याधुनिक-एलोपेथीलाई उन्नतचिकित्सा बनाइए पनि २०० वर्षको घटनाक्रम र स्वास्थ्यसुधार विकास अभियानलाई विश्लेषण र अनुभूति गर्दा आयुर्वेदशिवाय नयाँ कहीँकतै केही छैन । स्वास्थ्यसूत्र पथप्रदर्शक-प्रमुख स्रोत आदिम सनातन-वंशजविद्या गुरुकुलप्रणाली र वैदिक आयुर्वेद हो ।

**'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्'** अर्थात् धर्मसाधनामा शरीर नै प्रथम हो । स्वस्थ देह अत्यावश्यक भनिन्छ । यो शरीर कर्म, अर्थ, मर्म, धर्म र योग-साधनाको माध्यम हो । मानिस हरदिनमा हरक्षण बिरामी परिरहन्छ । **'शरीरं व्याधिमन्दिरम्'** अर्थात् यो शरीर रोगको घर हो र रोगविना यो देह रहन सक्दैन । यसकारण सर्वमान्य आयुर्वेदिक स्वास्थ्यसिद्धान्तअनुसार प्रत्येक व्यक्तिलाई राज्यले स्वस्थ बनाउनुपर्छ । चिकित्सामा वैकल्पिक औषधिहरू लाखौं र उपायहरू करोडौं हुन्छन् । देशको कर्तव्यनीति स्थानीय, स्वदेशी वा आफ्नै स्रोत-साधनबाट औषधि उत्पादन गर्दै अस्पताल र नर्सिङहोम सबै सरकारी बनाउनुपर्छ किन्तु यहाँ माफियारूपी धमिराले खाइरहेका र टाट पल्टाइसकेका छन् । वर्तमानमा रोगीलाई जाँच गर्ने अनगीन्ति उपकरण-मेसिनरीसहित अनेकौं ल्याब, क्लिनिक, औषधि पसल र अस्पतालहरू खुलेका छन् । स्वास्थ्यविषयक डाक्टर, नर्स र स्वयंसेवकहरू पनि धेरै तयार हुनु राम्रो पक्ष हो । अस्पताल संस्थापक, प्रयोगात्मक परीक्षण विशेषज्ञ, औषधविज्ञान ज्ञाता-निर्माता, रासायनिक विश्लेषक र औषधिदाताहरूको समेत यहाँ कुनै कमी छैन किन्तु न्यून आय भएका र भरपेट खान नपाएका गरीबहरूलाई उपचार र पोषण दिनुको सट्टा विभिन्न बहानामा शोषण छ, यसो गर्नु अपराध मानिन्छ । लाखौंको औषधि व्यापार बढ्नु नराम्रो होइन तर दुर्गमका विपन्न-निरीह रोगीहरूमा स्वास्थ्य विषयक सेवा पुगेकै छैन । करोडौं लगानी पर्ने औषधिकारखाना र अर्बौं-खर्बौं खर्चेको अति महङ्गा मेसिन उत्पादकका जाँचयन्त्र सस्तो नपर्ने हुनाले पीडित धेरै हुन पुगे । पुँजीपतिका ठूला उद्योग र महङ्गा अस्पतालहरू नाममात्रका भए । अबका दिनमा राज्यले स-सानास्तरमा ग्रामीणकेन्द्रित जडीबुटी औषधिको उत्पादन गर्ने र व्यक्तिले पोषणजन्य अमृतवर्गका जडीबुटी खेती गर्ने दिन आए । आयुर्वेदीय स्वास्थ्यक्षेत्रमा पापिष्ट-दलाली, अपराधी-नाफाखोर र माफियाका कुचक्र जालोलाई राज्यले अंकुश लगाउनैपर्छ अन्यथा सोझा जनताले स्वास्थ्यलाभ लिन पाउँदैनन् ।

**'स्वाध्यायं शरणं गच्छामि'** म आफूभित्र वा स्वस्थ अध्ययनको शरणमा गइरहनेछु । योगेश्वर शिवका अनुसार योगध्यान-समाधिको अभ्यासी नै स्वचिकित्सक हो **'Meditator is Self Doctor'**। विशुद्ध जडीबुटीलाई विनाकेमिकल प्राकृतिक-आयुर्वर्द्धक औषधि वा अमृतका रूपमा ताजा नै सेवन गर्नुपर्छ । प्राकृतिक चिकित्साअन्तर्गत जीवनीयतत्त्व बढाउने आयुर्वेद-प्रणालीलाई वैज्ञानिक विकासद्वारा औषधीययोग प्रयोगात्मक वा व्यावहारिक सबै एकीकृत पार्न राज्यले नीति-निर्माण गर्नुपर्छ। योगविना जीवनको ऊर्जा वा आध्यात्मिक शक्ति नष्ट हुन्छ। सबैले आयुर्वेद, योग तथा प्राकृतिक चिकित्सालाई अनिवार्य पालन गर्ने, यो वा त्योका नाममा भागवण्डामा नछुट्याउने अथवा विभिन्न अनेक समूहमा विभाजित नहुने, सुस्वास्थ्यको शुभकाममा विवाद नगर्ने, सडेका-कुहिएका औषधि नभित्र्याउने स्वस्थनीति अपनाउनुपर्छ। गतिशील कर्मको बुझाइ र गराइमा राज्यका तर्फबाट नियमन हुनुपर्छ। आयुर्वेदविना हरेक उपचारपद्धति अपूर्ण छ, जीवनको आयु समाप्त हुन्छ। अतः आयुर्वेद, योग, प्राकृतिक चिकित्सा र एलोपेथी एउटै मार्गलक्ष्य हो फरक बुझ्नु र छुट्याउनु जरुरी छैन ।

कृपया ! यो छोटो जिन्दगीमा कसैप्रति ढाँटझुट र छलकपटको चाल नखेलौं, बकवास र गफगाफमा समय खेर नफालौं, चिफ्लो नघसौं, मातृभूमिको सेवक वा सेविका बनौं । **'अपि स्वर्णमयो ह्यद्रिः स्वर्गतुल्यो न रोचते । जननी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी ॥'** अर्थात् पर्वतसमान सुनैसुनले भरिभराउ भएको स्वर्गभन्दा म जन्मेको जन्मभूमि अति प्यारो लाग्छ किनकि मेरा निम्ति आफूलाई जन्म दिने आमा र आफू जन्मेको भूमिका जडीबुटी महान छन् । त्यसैले आमा र जन्मस्थानका वनस्पति हाम्रा लागि प्राणभन्दा प्रिय हुन्छन् । आदिम आयुर्वेदिक-जडीबुटीविद्याको उत्पत्तिस्थल यही हिमालयभूमि नेपाल थियो । नेपाल आमाका सन्ततिहरू राष्ट्रनिर्माणमा जुटेर मानव स्वास्थ्यसेवाको कल्याणकारी कर्म गर्नैपर्छ । हाम्रो सनातन परम्परामा दैनिक साधना गर्नु भनेको सहयोग गर्नु र स्वास्थ्यसेवा दिनु नै हो । मृत्युलाई कसैले पनि रोक्न सक्दैनन् । महङ्गा चिकित्सक र अत्याधुनिक यन्त्रद्वारा सुविधासम्पन्न अस्पतालहरूले काललाई जित्दैनन्। मनुष्य जन्मेपछि एकदिन मरण पक्का छ। कुनै एक क्षण यो देह समाप्त हुनेछ। उपचारका हजार प्रयत्न गरे पनि शरीर छोड्नैपर्छ किन्तु आफैंभित्रका महान् चिकित्सक परमात्मालाई यसै देहमा जिउँदो स्वरूपमा बचाउनु तपाईं-हामी सबैको कर्तव्य हो। मनुष्यका समस्या आउँछन् र हराउँछन्। रोग पूर्णतया सन्चो हुन्छ। हामीले प्रकृतिको नियम पालन गरेकै हुन्छौं, अनुशासनमा रहेकै ठान्छौं, कहिल्यै नमर्ने अमरताको साधना पनि गरिरहन्छौं र अन्ततः महामृत्युमा जिउँदै ब्रह्मलीन वा साक्षात्कार गर्न हामी बाध्य हुन्छौं परन्तु प्राणरक्षा गर्न हामीलाई मुस्किल पर्छ।

**'ॐ त्र्यम्बकं यजामहे सुगन्धिं पुष्टिवर्द्धनम्, ऊर्वारुकमिव बन्धनान्मृत्योर्मुक्षीय मामृतात् ।'** अर्थात् हे परमात्मा ! आज्ञामा शिवत्रिनेत्र शक्तिका हामी मनुष्यलाई सुगन्धदायक आयुर्वेदिक जडीबुटीका परिपूर्ण गुण, धर्म र प्रभावले युक्त अमृतद्वारा शरीरका अङ्गहरूलाई स्वस्थ र पुष्ट बनाउँदै सदाका लागि निरोग राख्नुहोस् । लताफलहरूले भेट्नुलाई छोडेझैं मलाई मन-देहरूपी मृत्युबाट मुक्ति दिनुहोस् । जन्म-बन्धन तथा मृत्युरूपी रोग र महारोगको बन्धनबाट स्वस्थ-मोक्ष (अमरत्व प्रदान) गर्नुहोस् ।

**'अमन्त्रमक्षरं नास्ति नास्ति मूलमनौषधम् । अयोग्यः पुरुषो नास्ति योजकस्तत्र दुर्लभः ॥'** अर्थात् विनाअक्षर मन्त्र-शब्द हुँदैनन्, औषधिविनाका वनस्पति छैनन्, हरेक मानिस योग्य हुन्छन् कोही अयोग्य हुँदैनन्, परन्तु वैद्यक-संयोजकसहितका ज्ञानीविज्ञानी दुर्लभ छन् अन्य काम लाग्दैनन् । पौष्टिक अमृतलाई केवल औषधिमात्र नभनौं, धेरै अगाडि औषधि बनाएर नराखौं, बिरामीहरूको भीड नखोजौं, अत्याधुनिक यन्त्रादि वा साधन-मेसिनहरूको जाँचबुझमा लामो समय र धन बर्बाद नगरौं, निरोगीलाई आकर्षित गराई रोगी नबनाऔं, हामी आफ्नै भरोसामा परौं, आलो-ताजा प्राकृतिक स्वाद नै उपयोग गरौं विनाधन उपचार गर्न सकौं, आवश्यकता पर्दा तत्काल ओखती पाइयोस् र खाएर यथाशीघ्र ठीक होस् एवं लाभ तुरुन्त मिलोस् । ऋषिमुनि-गुरुकुल र पुर्खाले आर्जेको सम्पत्ति हाम्रो वैज्ञानिक कला र सभ्य स्वसंस्कृति सदा अमर रहून् । निरोगी रहन र स्वस्थ हुन, स्वास्थ्यकर खानपिनविना सम्भव छैन । अब स्वस्थकर मनुष्यले वातावरणीय सुधारसहितको हरितक्रान्तिको योजनामा अग्रसर भएर आर्थिक सङ्कट र जलवायुपरिवर्तनको प्रभावबाट मुक्ति पाउन सक्नुपर्छ । दिगो आर्थिक विकास, रोजगारी विस्तार एवं गरिबी निवारणमा प्राकृतिक स्रोत-साधनको प्रयोग आयुर्वेदिक-जडीबुटी नै एकमात्र स्थायी र गतिलो स्वस्थ नेपालको आधारभूत अस्तित्त्व बन्न सक्छ । नेपालमा आर्थिक जीवनस्तर उकास्न प्राकृतिक सम्पदा र जडीबुटीहरूको भरपूर सदुपयोग प्रथम कार्य हो । राष्ट्रहितमा रहेका जानकारीमूलक व्यावहारिक **महारसघिण्टु** राज्यले किनेर सामान्य जनतासमक्ष निःशुल्क वितरण गरी सर्वत्र घरघरमा पठनपाठन जागरणका कार्यक्रम ल्याउनुपर्छ । विद्यालय-महाविद्यालय र कलेजमा अनिवार्य पढाउनुपर्छ । हरेक व्यक्ति सदा अग्रसर रही गतिशील बन्न आग्रह गर्दै लेखिएको ग्रन्थबाट हरेक तरहले लाभ मिल्नैपर्छ भन्ने अन्वेषक-लेखकले अन्तरात्मादेखि नै अनुरोध गर्दछ ।

आगम-शिवसंस्कृति, निगम-वैदिकदर्शनमा उल्लिखित एवं ऋषिमुनि-गुरुकुलको परम्परागत चिकित्सापद्धति प्रचलनभित्र रहेका कर्तव्य-कर्म, विश्व स्वास्थ्य संगठनले दिएको प्राचीनचिकित्सा अधिकारका प्रत्याभूति तथा नेपालको वर्तमान संविधानले व्यवस्था गरेअनुरूप यो समर्पित ग्रन्थ आज तयार भएको छ । बिरामी आएपछि जाँचेर औषधि बनाउने प्राचीन वैज्ञानिक र सभ्य परम्पराअनुसार अब हामी सबै चल्नैपर्छ । तब पो रोगीलाई तत्काल सन्चो गर्न सकिन्छ । प्रत्येक व्यक्तिलाई भिन्न र हरेक औषधि वा पोषण बन्नुपर्छ । सबैलाई एउटै औषधिले काम गर्दैन । पृथ्वीमा भएभरका मानिसलाई पुग्ने एउटै उत्पादन प्राकृतिक कानुनअनुसार असम्भव छ र पुग्दैन । कसैलाई पोषण पनि कुपोषण हुन्छ । पृथ्वीका समस्त मनुष्यलाई एकै औषधि पुऱ्याउन खोज्नु महाअत्याचारमा गनिन्छ । संसारभरि आज खतरा बजारी प्रतिस्पर्धाको महारोगले निमन्त्रणा गर्दैछ । निकट भविष्यमा स्वास्थ्यदशा अप्राकृतिक बन्दैछ । **जीवनोपयोगी अति आवश्यकीय औषधिमा (Most Important Life Saving Medicines) प्रतिस्पर्धा हुनुहुँदैन** । औषधीय गुण, धर्म र शक्तिको समयावधि सकिएका वा म्याद गुज्रेका, ह्रासकट्टीमा परेका पार्श्वप्रभावका ८०% औषधि बेकारमा बर्बाद भइरहेका छन् । अर्बौं मूल्यका औषधि आखिर नष्ट गर्नुसिवाय अर्को विकल्प छैन । यो कुकाम तत्काल रोकियोस् र स्वास्थ्य वैज्ञानिकका दिमागमा सद्बुद्धि पलाओस् । आवश्यकताअनुसार र मागबमोजिममात्र उत्पादन गर्ने गर्नुपर्छ । सार्वजनिक सरोकारका अत्यावश्यक वस्तुहरूको उत्पादन नहुनु महापाप हुन्छ भने उत्पादन भई बजारभरि वर्षौं रहनु घोर अपराध ठहर्छ । आगम-निगम प्राच्यज्ञान-विज्ञानविना आजको चिकित्सा धरापमा पर्दै गएको छ । ज्ञानको अनिकाल र विज्ञानको खडेरी परेको छ । मेसिनले सजिलो बनायो रे भन्दैमा मानवबुद्धिले विवेक नलगाउनाले रोगी अझ महारोगी भएका छन् । मेसिन नामको चीज हटाउँदा बुद्धत्वमानव फेरि गुमनाम शून्यमा झर्ने दिन अब टाढा छैन । प्रकृतिमा एउटै चीजले संसारभरिलाई पुग्दैन र सम्भव छँदै छैन किन्तु व्यापारीले अखाद्यवस्तुहरूको मिश्रण गर्छन्, सरकार गैरखाद्यान्न मिसिएको हल्ला फुक्छ, ल्याबजाँचमा पूर्ववत् नतिजा आउँदैन किनकि अभावग्रस्त हुँदैछ भन्ने ज्ञानको हाहाकार छ । संसारका हरेक उत्पादनको हालत यस्तै हो ।

परनिर्भरतामा परधर्मीपनको मागीखाने भाँडो नयाँ बनाइरहनु ज्यादै नै दुःखलाग्दो कुरा हो जुन प्रवृत्ति तत्काल हट्नुपर्दछ । अविकसित, असभ्य, शिक्षित, गरिबी एवं महारोगका नाममा विदेशी औषधि वा विषादि लिनु आवश्यक छैन । परीक्षणका नाममा रोगविशेष दानका कार्यक्रम यहाँ 'खाइ न पाइ छालाको टोपी लगाइ' भएका छन् । **आयुर्वेदिक स्वास्थ्यसुधार विकासको गतिशील सूत्रधार** : ७५% स्थानीय स्वदेशी आयुर्वेदिक-जडीबुटी तथा द्रव्य प्रयोग गर्नुपर्ने राष्ट्रिय कानुन बनाउनुपर्छ र विदेशी औषधि आयातमा न्यूनीकरण गर्दै हामीसँग प्रशस्त रहेकाहरूलाई पूर्णतया प्रतिबन्ध लगाउँदै खुल्लाबजार हुनबाट बचाउनुपर्छ । हरेक परिवारको अलग र प्रत्येक घरको भिन्न पेशा हुनुपर्छ तब हामी परस्पर एक-अर्कामा परम आत्मनिर्भर भएर चल्न सक्छौं । आफ्नो उत्पादन दिने र अरूको लिने गर्दा क्रेता, विक्रेता र बजार हामीभित्रै सञ्चालन हुन्छ, हामी प्रत्येक उद्यमी र कामी रहन्छौं । नेपाल धनी बनाउने सूत्र भनेकै हरेक घरमा उद्योग हुनु हो । हामीलाई चाहिने चीज आफ्नै गाउँमा पाइयोस् । घरेलु र वनेलु वनस्पति हाम्रो जिन्दगी जिउने आधारभूत वनस्थली बनोस् । कच्चा वा सादा जडीबुटी बेचेर धन कमाउनै सकिएन र झनै कङ्गाल भइयो । हामी सबैले पौष्टिक बनाउन सक्नुपर्छ । अति बलवर्द्धक-पोषण (Tonic) उच्चगुणस्तरीय बनाउँदा महङ्गो पर्नु स्वाभाविक हो । अति ताजा आफ्नै पौष्टिक खाने, ख्वाउने र बेच्ने गर्दै गर्दा तब पेशागत व्यावसायिक बनिन्छ । जन्मजात कृषि र वनमा हुर्केका हामी हरियो वन, अपार नेपालको धन, कर्मयोगी मन, दक्षजनशक्ति हामी ज्ञानगुणी छौं । मानवसमाजमा उपयोगी ठहरिएका आयुर्वेदिक-जडीबुटी परम्परागत र मौलिक ज्ञान-विज्ञानलाई संरक्षण, संवर्द्धन तथा विकास उपयोगका लागि जनता सदा तयार रहनुपर्छ । उत्पादन गरिएका प्राचीन कला-सीप तथा प्राचीनतम विद्या, उपकरण र सम्पत्तिलाई औद्योगिक नीतिअनुरूप राज्यले मान्यता दिनैपर्छ । आयुर्वेदिक-जडीबुटी व्यापार-व्यवसायका लागि गोप्यता (Trades Secret) र सेवामा प्रयोग गरिएका विशेष चिह्न अंकित सम्पत्तिहरू ट्रेडमार्कयुक्त एकाधिकारप्राप्त सम्पत्ति बन्नुपर्छ । जैविकविविधता र आनुवंशिक स्रोतहरूको व्यापक प्रचार-प्रसार हुनुपर्छ । वनस्पतिजन्य प्रजाति चोरी (Bio-Piracy) निर्मूल गर्नुपर्छ । रैथानेलाई आनुवंशिक अभियान्त्रिकी प्रविधि विद्युतीय-उपकरणमा कैद गर्न सक्नुपर्छ । विभिन्न देशका अत्याधुनिक कृषि प्रयोगशालाहरूले गर्दै आएका जेनेटिक इन्जिनियरिङद्वारा बनाइएका खाद्यान्न उत्पादन हटाउनुपर्छ । भविष्यमा यस्तो उत्पादनको खतरामूल्य चुकाउनु पर्नेछ । कृषि र वनस्पति प्रयोगशालाहरुले पुरानो मासेर वर्णसङ्कर बनाउने महाखतरनाक प्रतिस्पर्धा र नयाँका नाममा आएको बीउ मास्ने चलखेललाई राज्यले प्रतिबन्ध लगाउनुपर्छ । **रैथाने माउबोटको तन्तु र कोषद्वारा लाखौं बिरुवा बनाउने प्रविधि-उतकसंवर्द्धन (Tissue Culture) प्रयोगशाला नेपाल सरकारले तत्काल बनानुपर्छ र परीक्षणहेतु केही दिन वा वर्षमा मरिहाल्ने असफल बिरुवा किनाउने होडबाजी रोकिनुपर्छ।** विदेशमा खेती भरिभराउ पारी पेटेन्ट गरिएका र हाल नेपालमा आएका बीज र बिरुवामा राज्यले निगरानी गर्नुपर्छ ।

निराहार-उपवासपछिको सुक्खा भोजनले हैजा गराएर ब्रह्मलीन दमयन्ती जन्ममाताको चित्र सम्झन नसक्ने म आयुर्वेदिक-जडीबुटीद्रव्यहरूभित्र आमालाई खोजिरहँदा मातृस्मरणमा ईश्वरप्रसादस्वरूप महारसनिघण्टु बन्न सक्यो । **'यत् पिण्डे तद् ब्रह्माण्डे । यद् ब्रह्माण्डे तत् पिण्डे ॥'** अर्थात् यो देहपिण्डले जे खोज्यो त्यही पाएको छ । मैले खोजेको अनुसन्धानका विषयवस्तु आयुर्वेदीय जडीबुटी बाहिर र भित्र स्वयोग भाग्यले अवसर पाएँ र पुरुषार्थ गरें । आमाको गर्भदेखि जन्मँदाको आफ्नो बोली जन्मभूमिको मातृभाषामा वंशजका साथ, आफ्नै गाउँ-स्वस्थानमा सेवा र सोधखोज भइरहेमा मात्र अनुसन्धान गतिशील हुन्छ र अग्रसर बन्छ । यसकारण हरेक वडामा अनुसन्धान कार्यसमिति बनोस् । देशभरका नगर वा गाउँका प्रत्येक वडाले आफ्नो क्षेत्रफलभित्र रहेका जडीबुटी-सम्पदाहरूलाई नामाङ्कन गर्ने, हरेक घरले कच्चापदार्थका आधारमा ठूलो नसके स-साना घरेलु उद्योग चलाउनैपर्ने, गाउँले औषधीय जडीबुटीको उद्यान बनाउने, आफ्ना हरेक वनस्पतिलाई अग्रस्थानमा राख्ने, पूर्वजका हस्तलिखितग्रन्थ र कलाकृतिलाई सुरक्षित राख्ने, जडीबुटी सङ्ग्रहालय र पुस्तकालयको आरम्भ गरिहाल्ने, आयुर्वेदिक सेवाकेन्द्रमा गाउँतिर भएका स्थानीय जडीबुटीबाट मात्र उत्पादन गर्ने, राजमार्ग, सार्वजनिकस्थल, कच्ची-पक्कीसडक, गोरेटो-घोडेटोको दायाँ-बायाँ वनस्पति रोपेर जडीबुटी पर्यटनस्थली पार्नुपर्छ । **प्रत्येक वडाका गरीब-जिज्ञासु विद्यार्थीलाई हरवर्ष जडीबुटी-वनस्पति, आयुर्वेद, कृषि, औषधि उत्पादनविज्ञान-फर्मा, वन, पोषणविज्ञान र रासायनिक विषयक उच्चस्तरीय प्राविधिक शिक्षालयमा निःशुल्क अध्ययन-अध्यापनमा देशले लगानी गर्नुपर्छ।** हरेक विद्यालयमा पठनपाठन र कार्यालयमा वृक्षरोपणसहित हरेक

टोलमा एक जलमग्न पोखरी र नयाँ बेर्ना बनाउने नर्सरी बनाउनुपर्छ। प्रत्येक वडामा परीक्षणशाला वा ल्याव अनिवार्य चाहिन्छ। प्रत्येक नेपालीलाई दक्षजनशक्ति बनाउनुपर्छ। अति महत्त्वपूर्ण आन्तरिक वनस्पति-जडीबुटी हरतरहले प्रयोग गर्नेपर्ने जन्मज-प्राकृतिक आधारभूमि स्थापित गर्दै आयुर्वेदिक-जडीबुटीमन्त्रालय वनाई तत्सम्वन्धी विभाग र राष्ट्रिय सञ्जालका सार्वजनिक सेवाकेन्द्रहरू खोली सदा क्रियाशील पार्नुपर्छ। तब कुनै एक चीज खेर जान्न, हरवस्तु वा प्रत्येक जडीबुटीका सबै अङ्ग उपयोगमा आउँछन् तब हामी आर्थिक हिसाबले धनी बन्छौं। **ध्यान** : सबै गाउँ-टोल हामी सबै जनता मिलेपछि हाम्रा प्राच्यविद्या प्रविधिलगायत हस्तलिखितग्रन्थ र गुरुकुल ज्ञान-विज्ञान नेपालमा नै अपार धनको रूपमा रहने थियो। तबमात्र खप्पिस विदेशी कम्पनीका चलखेल यहाँ बन्द भई पुनःपुनः नेपाललाई गरीव गराउन खोज्नेहरू असफल हुन्थे।

सदा-सर्वदा अभाव, कष्ट र समस्यामा यो जिन्दगी गुज्रिरहेको छ। हिँड्दा हिँड्दै पैताला खिएका छन्, हाड घोटिएको र मक्कालिएको छ, पसिना बगेको छ। सदा घुमक्कड अर्थात् एकस्थानमा बास छैन, भोकाउँदै पेट सुकाएको छु, विनाअन्नपानी बसेर आफूलाई चेताएको छु, कन्दमूल घाँसपात खाएर पनि चलेको छु, ध्यान-समाधिमा जड भएर बसेको छु, कैयौं नयाँ अन्न पत्ता लगाएको छु, पृथ्वीका मनुष्यलाई आवश्यक पर्ने हजारौं वनेलु अनाजलाई जानेको छु। वंशाणुगत गुण, धर्म र प्रभावका सम्वन्धमा हजारौं पौष्टिक जडीबुटीको अनुसन्धानमा व्यस्त र मस्त छु, नयाँ देख्नासाथ सयजनालाई सोध्छु, एउटा जडीबुटीका बारेमा मुस्किलसँग बताउनेलाई म एक सयवटा सजिलोसँग सिकाइदिन्छु, आफैंले रसास्वादन लिन्छु, चाख्छु, एकरसको सात स्वाद ६×७ =४२ का आधारमा जाँच गरी लेख्छु, ऋषिमुनि-गुरुका शास्त्र पल्टाउँछु र कति छिटो काम गर्छ कि भनेर प्रयोग गरी हेर्छु। छलफल अन्तरक्रिया गर्दै असाध्य पीडित भएका रोगीलाई महौषधि बनाइदिन्छु, धनीहरूसँग श्रम गरेवापत पसिनाको मूल्य शिवांशमात्र लिन्छु तर गरीव-रोगीका लागि फेरि मैले योगदान गर्नुपर्ने देख्छु, दिन पाउनु भाग्यशाली सम्झन्छु, सेवाको मौका पाउँदा खुसी लाग्छ। रोगीलाई एकघण्टा मार्गदर्शन गर्छु, क्षमताले भ्याएसम्म सबै अत्यावश्यक सरसल्लाह दिने मेरो दिनचर्या हो। अनिकाल अन्नको हाहाकारमा मानिसलाई वचाउन र भयङ्कर महामारी रोगवाट मुक्ति दिलाउन हिम्मत गर्दैछु। संसारमा प्रख्यात एकसय रोगमा ग्यारेन्टीका साथ मेडिकल साइन्सलाई साक्षी राखी सफल उपचार गर्न सक्षम छु। अस्तित्त्वले साथ दिए कैयौं हजार जडीबुटीको पहिचान वा परिचय गराउने खुवी छ। सबै मानिसलाई प्राथमिक वैद्य-उपचारक बनाउन सकिन्छ। आयुर्वेदसंस्कृति भएकाले सहज स्वयम् वनिन्छ, किनकि संस्कृतिमा संस्कार बस्छ। एकलाख बेरोजगारलाई काम दिन सक्ने योजना मसँग छन्। हप्तादिन मसँग रहनेहरू सकारात्मक नयाँ जीवनशैलीको शुरुवात गर्न सक्षम भएका छन्। ...हामी पृथ्वीमण्डललाई हरियाली बनाऔं, हामी अब जलमण्डलका वैद्य रहौं ...अब हामी वायुतत्त्वले योगी बनौं, हामी अव अग्नितत्त्वले ज्योति बनौं ...हामी अब आकाशमण्डलमा शुद्ध पर्यावरण बनौँ ...।

हे तपोभूमिका तपस्वीहरू हो ! श्वास गएको छैन, आश मरेको होइन, विषय साथमा छँदैछ, कर्म नगरी हुँदैन, ढिलो नगरौं, जो जहाँ छौं त्यहींबाट यथाशीघ्र उठौं, राष्ट्रव्यापी अभियान छेडौं। समर्पित सबैलाई सुस्वागतम्। सर्वप्रथम आफ्नो स्वाध्यायनमा अग्रसर हुँदै यम-पथ्य/अपथ्य (हानि गर्ने विषादि नखाने), प्राकृतिक नियमसँग रहने, स्वास्थ्यसुधारक आसनमा बस्ने, प्राणमा आयाम थप्ने, अन्तर्मुखी क्रिया गरी प्रत्याहार, धारणाशक्ति उत्पन्न गरी ध्यानमा गई समाधि कसेर त्याग-तपस्या अष्टाङ्गयोगद्वारा रोगोपचारमा गतिशील लाभ लिऔं। आध्यात्मिक भएर कर्मयोगमा जुटौं। अब पाञ्चभौतिक शरीर निरोग राखी नेपाल-निर्माण अभियानमा लागौं। अतः पढ-अनपढ समस्तजनलाई अनिवार्य कर्म-अभ्यासी बनाऔं। कर्मयोगमा हरितक्रान्ति सफल पारौं। सर्वव्यापक वैज्ञानिक व्यावसायिक खेती-प्रविधि आजको अपरिहार्य आवश्यकता हो। तब **'योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः'** महौषधि गराऔं। यो **'गिलानं उपट्ठाति सो मं उपट्ठाति'** अर्थात् जसले रोगीको सेवा गर्दछ, उसले भगवान्को सेवा गरेको ठहर्छ भन्ने बुद्धवचनलाई बारम्बार चिन्तन गरौं। नेपाली समाजमा आयुर्वेदसंस्कृति संरक्षण र विस्तारका साथै ताजा जडीबुटी चिकित्साको स्वस्थसभ्यताको विकास होओस् ! सबैसँग मेरो अनुनय-विनय यही हो कि हामी जन्मेको नेपाल फुलोस् र फलोस् ! महारसलाई जानकारी भएसम्म नेपालका धेरै स्थानीय नाम, प्राचीनभाषाका संस्कृत नाम, हिन्दी नाम, केही आम्ची नाम र अङ्ग्रेजी नाम तथा वैज्ञानिक नाम दिइएको छ। निर्दोष खालका अमृतवर्गका औषधिहरूलाई पार्श्वप्रभावको नराम्रो कुनै कुअसर (Side Effects) नदेखाउने विनाकेमिकल प्राकृतिक उपयोग गर्ने, मात्रा बढाउने र यथासक्दो लाभ लिने बारेमा सबैलाई

अनुरोध गरिएको छ । जैविकविविधताले सुसम्पन्न यस भूमिमा विश्वभरिका अति महत्त्वपूर्ण, दुर्लभ तथा लोपोन्मुख जडीबुटीहरूलाई बीज, मूल-जरा र डाली गाड्ने वा कलमीविधिबाट तत्काल खेती गर्न र फैलाउन हार्दिक आह्वानका साथ संरक्षण तथा संवर्द्धनको आग्रह टक्र्याइएको छ । प्राकृतिकपन रहेको आलो ताजा स्वरस वा धूलोविशेष औषधि प्रयोग गर्न सबैलाई सुझाव तथा सन्देश दिइएको छ। हरेक व्यक्ति स्वचिकित्सक वा वैद्य अथवा स्वयम् डाक्टर आफैं हो भन्ने महसुस गर्न सबैलाई प्रार्थना गरिएको छ। यो सनातन वैद्य नभएमा सबैलाई आवश्यक पर्ने अपरिहार्य आयुर्वेदीय-जडीबुटी बृहदशास्त्र हो । Healthy and Wealthy Natural Ayurvedic Life (प्रत्येक व्यक्तिको जन्मजात आयुर्वेदिक-प्राकृतिक जीवन स्वस्थ र धनी हुन्छ)

अब शिक्षित, विद्वान् र जिज्ञासु बेरोजगारी भएर कोही विनाकामले खाली बस्दैनन्, धनाढ्य पुंजीपतिहरू उद्योग-धन्दाको नाफाबाट लोककल्याणकारी कार्य गर्नेछन्, गरीब र विपन्नहरूले पढे भने सुसम्पन्नताले धनी हुनेछन्, विदेशमा रम्ने मानिस नेपालमै जम्नेछन्, हरेकले कमसेकम एकसय एक जडीबुटीको हरियाली उद्यान बनाउने छन्, स्वयम् उपचारको प्रत्याभूति लिनेछन्, आफ्नो डाक्टर आफैं बन्नेछन्, अलमल र ढलमलमा पर्ने नेता र कार्यकर्ताहरू देश बनाउन जुट्नेछन्, समस्त प्रशासनसंयन्त्रहरू जनताको सेवामा खटिनेछन्, रोगी-पीडितहरू निरोग रहन प्रयासरत रहनेछन्, युवायुवती कसैसँग जागिरको चिन्ता गर्ने छैनन्, कुनैपनि नेपाली नागरिक विदेशीको परनिर्भरतामा बाँच्ने छैनन्, धार्मिकहरू परमुखी र द्वैत हुने छैनन्, कट्टरनास्तिक पनि आफू स्वयम्लाई मान्न थाल्नेछन्, कसैले कहिल्यै पनि सार्वजनिक पदको दुरुपयोग र राष्ट्रघात जीवनभर गर्ने छैनन्, हत्या-हिंसाको गलत बाटोमा लागेकाहरू सुध्रेर सज्जन र सेवाकारी बन्ने छन्, कोही कसैसँग लडाइँ-झैंझगडा गरी बर्बाद हुने छैनन्, पुण्यभूमिका जडीबुटी खेर जान नदिने विषयमा उद्यमीहरूलाई भ्याइ-नभ्याइ हुनेछ, चौतर्फी राजस्व बढ्नेछ र जडीबुटीले नेपालको आर्थिक अवस्था उकासिनेछ, प्राकृतिक स्रोत र जडीबुटीसम्पदाको प्रयोगले मानवकल्याणका लागि गतिशीलचिकित्सा भइरहनेछ । आयुर्वेदमा ज्यान जोगाउने उपायहरू अगणित छन् किन्तु विद्या र जाँगर अनिवार्य छ । हे प्रकृति माता ! रोगी र दीनदुःखी जनताहरूलाई रक्षा गर !

संसारमा कोटियौं आध्यात्मिक पीडा, लाखौं मानसिक समस्या र हजारौं रोगहरू छन् परन्तु यहाँ सयरोगको चिकित्सा सर्वव्यापी चल्छ र एक-दश महारोगको विशेष उपकार कतै-कतैमात्र हुन्छ । हाम्रो यहाँ स्वचिकित्सक बन्न कसैलाई बाध्य पारिने छैन । आफ्नो स्वास्थ्यमा होशियार हुन चाहनेलाई रोकिने छैन । कृपया ! ध्यान दिनुहोस् र सावधानी अपनाई ऋषिमुनि-गुरुकुलमा उपस्थित हुनुहोस् । पुस्तक हात पर्नासाथ ग्रन्थसाक्षात्कार सप्ताहव्यापी प्रशिक्षणका लागि ऋषिमुनि-गुरुकुलमा भाग लिने स्वर्णअवसर नगुमाउनु होला । यो पुस्तक विशेषगरी समाजसेवी र पुण्यमार्गी-कल्याणकारीका लागि मात्र अर्पण गरिएको छ । पढे-लेखेका भरमा मात्र उपचार गर्नु हुँदैन, किताबी ज्ञानले पुग्दैन, पुस्तक पूजाको विरोधमात्र होइन कि व्यवहारमा अमान्य र नगण्य हुन्छ, वर्तमान शिक्षाले अर्थको भेद गर्न सक्तैन, हरप्रयास गर्दा पनि जान्ने-बुझ्ने परिपूर्ण भइन्न, एकतर्फी तरिकाले विद्या आर्जन गर्न सजिलो छैन, हार्नका लागि पूरा जिन्दगी छ भने आफूलाई जित्न जान्ने मौकामात्र एक छ। अल्प र अर्धज्ञानबाट ठगीखाने भाँडो यो नहोस्, आयुर्वेदिक औषधि खाएको र वैद्यकहाँ गएको केही भएन भन्ने कानले सुन्न र आँखाले देख्न नपरोस् । मानवकल्याणकारी अचुक तथा अमोघ अनुसन्धानसहित होओस् । 'कच्चा वैद्यको मात्रा यमपुरीको यात्रा'ले जात्रा गराउला, किनकि सबै मानिसको आध्यात्मिकस्तरको उचाइ वा गहिराइ एउटै रहन्न । विज्ञ-विशेषज्ञ चिकित्सक पनि रोगको अज्ञानतामा पर्नुपर्छ र क्षणभङ्गुर मृत्युका अगाडि प्रमाणपत्र महारोगसमक्ष केही काम लाग्दैन । लेख्दा पुस्तकमा समस्त सूत्र लिपिबद्ध गर्न सकिन्न । गुह्य र अतिगुप्तज्ञान सबै लेख्न पनि मिल्दैन । कुपात्र र शंकालुबिरामीलाई बताइयो वा सिकाइयो भने ओखती लाग्दैन, दवाइले केही काम गर्दैन । हाम्रा पूर्वजका अनुसार कतिपय गुह्यविद्याको विशेष महत्त्व छ। सिकाउनु-बताउनु जहाँ अपराध हुन्छ त्यहाँ चिकित्सा अधर्म हुनसक्छ, स्वशक्ति घट्छ, उपचार नकारात्मक बन्छ। कुपात्रबाट हुने अपराध-नियन्त्रणका लागि ऋषिमुनि-गुरुकुल सदा होशियार रहन्छ। अतः अब गुरुहरूले प्रयोगात्मक दीक्षाको प्राच्यविद्या शिक्षितहरूलाई पढाउन ढिला नगर्नुहोस् । १५ कक्षासम्मको ऋषिमुनि-गुरुकुलीय जडीबुटी शिक्षाको पाठ्यक्रम तयार हुँदैछ । नेपालसरकार स्वास्थ्यमन्त्रालयले आदिम-प्राच्य आयुर्वेद परिषद् (Ancient-Traditional Ayurved Council) स्थापना

गरी प्राच्यविद्यालाई बचाउनुपर्छ किनकि यो तपोभूमिमा कतिपय मानिस विद्यासंरक्षण र मानवकल्याण गर्न जन्मजात ज्ञाता भएर जन्मेका छन् । नेपालमात्र यस्तो देश हो जहाँ विज्ञहरूले पुनःपुनः मानवसेवाका लागि पुनर्जन्म लिइरहन्छन् ।

ऋषिमुनि-गुरुकुलविद्यालाई निरन्तरता दिऔं, सनातन-वैज्ञानिक स्वस्थ आयुर्वेदपद्धति अपनाऔं, आफ्नै वरिपरिका स्वदेशी जडीबुटीहरूको सदुपयोग गरौं, कुहिएका विषादि हटाऔं, महारोग भगाऔं, परनिर्भरता त्यागौं, सर्वोपयोगी जडीबुटी खेती गरी सर्वत्र हरियाली पारौं, आफ्नै कला-प्रविधि र अनुभवलाई जोडौं, औषधि आयातलाई घटाऔं, सदा स्वस्थ रहने वा निरोग हुने क्षमताको विकासलाई अग्रसर राखौं, वातावरण-पर्यावरणलाई सुधारौं, पथ्य-अपथ्यमा ध्यान पुऱ्याऔं, एकल जडीबुटी मुख्यद्रव्यलाई अनुपान-सहपान मिलाऔं, अति ताजा शुद्धतामा धेरै गुण, धर्म र शक्ति भएको मानौं, जीवनीयतत्त्वरक्षाका लागि स्वअस्तित्त्व स्वीकारौं, प्राणशक्तिको वृद्धिका लागि बुद्धि लगाऔं, पञ्चतत्त्व प्रकृतिको स्वचिकित्सामा अभ्यासी बनौं, जडीबुटी र प्राकृतिक सम्पदाको धनी जानौं, उपचारात्मक उपकार गरी पुण्य कमाऔं, स्वयम् स्वस्थसँग बाचौं र सबैलाई सहयोग गरी स्वस्थ भएर बाँच्न प्रेरित गरौं, स्वास्थ्यकर मानवअधिकारको चेतनालाई जगाऔं, मानवजन्मको कर्तव्यलाई जोगाऔं, समृद्ध नेपाल बनाऔं, योगध्यानसहित समर्पित कर्मयोगमा क्रियाशील रहौं, मानवस्वास्थ्यमा सदैव अग्रसर भएर सभ्य शिक्षादीक्षाको प्रयोगात्मक एक अनुसन्धानक होऔं, सार्थक जीवन जिऔं र आयुर्वेदिक जडीबुटी साक्षात्कार अनुष्ठानमा सहभागी भई अत्यधिक लाभ लिऔं ।

यस ग्रन्थमा विभिन्न लिपि र भाषामा प्रयोग भएका जडीबुटीका नामहरू एकाक्षरीब्राह्मी, सारब्राह्मी, उत्तरब्राह्मी, मीमांसब्राह्मी, बीजकब्राह्मी-तन्त्र, कुटाक्षरी, इसारा ब्राह्मी, देवनागरी, आम्रपाली, पाली, प्राकृत, संस्कृत, गोर्खाली-नेपाली, पुरानो खस, वैदिकआर्य, शौरसेनी, मागधी, लाङ्घालीमगर, कुमाउनी, गढवाली, अवधी, मैथिली, भोजपुरी, बझाङी, पश्चिमेली थारू, दङ्गाली थारू, राना थारू, दराई, कुमाल, धामी, चेपाङ, नाछिरिङ, बान्तवा, खाममगर, अम्ची, तिब्बतीयन, गुप्ता, भोटिया, राई, पाँचथरे वा छथरेलिम्बु, लेप्चा, शेर्पा, तामाङ, लामा, गुरुङ, बान्तवा, थुलुङ, याक्खा, आठपहरिया, चामलिङ, दुमी, छन्त्याल, सुनुवार, दनुवार, पारोहाङ, हाङखिम, रङठङ्गवा, सुम्निमा, घले, पुमा, मुस्ताङी, आम्ची, पाली, डोटेली, नेपाली रोमन, जिरेल, राजवंशी, धिमाल, सतार, कोचे, मेचे, जोङ्खा, पहारी, थकाली, मनाङी, मुगाली, भोजीमूल, बज्जिका, अङ्ग्रेजी, हिन्दी, उर्ध्व (उर्दू), प्राचीन, चीनी, बङ्गाली, राउटे, च्यामे, बोटे, कुसुन्डा, बैतडेली, काइके, बर्कौली, ढूटमगर, रञ्जना-नेवारी, दुरा, शैवतान्त्रिक साङ्केतिक इत्यादि एकसयभन्दा बढी विभिन्नबाट आएका छन् । स्थानीयहरूको सक्रियतामा मात्र सरकारले तथ्याङ्क राख्ने र संरक्षण गर्ने हुँदा स्थानीय क्षेत्रमा भएभरका जडीबुटीहरूका अनुसन्धान गर्ने व्यक्ति वा अनुसन्धानकर्ताले आफ्नै बोली, मातृभाषा वा लिपिबाट खोजी गर्नुपर्छ । बाहिरका मानिसबाट सदा खतरा रहन्छ । स्थानीय जनताको सक्रियंताद्वारा विदेशी कम्पनीहरूको चलखेल बन्द गर्न सकिन्छ । तसर्थ प्राकृतिक सम्पदा बचाउनका लागि स्थानीयस्तरबाट हरेक व्यक्ति स्वयं क्रियाशील भई सरकारको बुद्धि फिराउनुपर्छ । गाउँस्तरीय वनस्पति-जडीबुटीका तथ्याङ्क राख्दा हामी धनी हुन्छौं र हाम्रै भन्न पाइन्छ । स्थानीय प्राणशक्तिवर्द्धक वनस्पतिहरूको जय होस् !

आयुर्वेद धर्मसंस्कृति-संस्कारका अग्रजले मानेको, सभ्यसमाजले जानेको, नेपालको संविधानले व्यवस्था गरेको, विश्व स्वास्थ्य संगठनले दिएको अधिकार र ऋषिमुनि-गुरुकुलको आदेशका आधारमा यो मानव कल्याणकारीशास्त्र महारसनिघण्टु जन्मेको हो । आफ्नो तपस्या, अनुभव र प्रयोगका आधारमा गुरुकुल ऋषिमुनिका वैज्ञानिक सूत्र, शास्त्रसम्मत परम्परागत तथा प्राच्यविद्याको धरोहर नेपालको सम्पत्ति लेखिएको हो । 'नेति नेति... चरैवेति' अर्थात् यतिमात्र होइन, अरूहरू धेरै छन् र निरन्तर गतिशील बन्नुपर्छ । यसमा उल्लेख भएका समस्त आयुर्वेदिक जडीबुटीलगायत सम्पूर्ण द्रव्यलाई ऋषिमुनि आयुर्वेद प्रयोगशालाले वैज्ञानिक तथा प्रामाणिक रूपमा सप्रमाण गतिशील अध्ययन-अनुसन्धान गरिरहनेछ । प्रकृति-देश, काल र परिस्थितिको प्रतिकूलताका कारण कुनै प्रयोगबाट विशेषलाभ नपुग्न पनि सक्छ । 'अप्प दीपो भव' आफ्नो प्रकाश स्वयम्भित्र भएकाले प्रयोग गर्नुपूर्व शास्त्रज्ञ, वैद्यराज, फर्मासिस्ट, रासायनिकविज्ञ, आयुर्वेदसहायक, वैद्य, कविराज, डाक्टर, साधक, अन्वेषक र वैज्ञानिकहरूसँग अन्तरक्रिया, शोधखोज, परामर्श र सत्सङ्ग गर्नुहोला । पारिवारिक सदस्य वा साथीभाइ एवं छरछिमेकको सहयोगमा धेरैजनासँग सोधेर जानकारी लिनुहोला । प्रतिकूल कुप्रभावका लागि यस ग्रन्थका अनुसन्धानक/लेखक, सम्पादक, प्रकाशक, मुद्रक र सल्लाहकारमण्डल कोही पनि उत्तरदायी हुने छैनन् । आफूसिवाय कसैले मेडिकोलोजिकल

कानुनको जिम्मेवारी लिने छैनन्, अर्थात् कानुनी प्रयोजनमा यो ग्रन्थ मान्य हुने छैन । **‘असतो मा सद् गमय, तमसो मा ज्योतिर्गमय, मृत्योर्मामृतं गमय’** अर्थात् हे परमात्मा मलाई सदा असत्यबाट सत्यतिर, अन्धकारबाट प्रकाशतर्फ र मृत्युबाट अमृत्यु वा अमरतातिर लैजाऊ ।

**‘ॐ द्यौः शान्तिरन्तरिक्षं शान्तिः पृथिवी शान्तिरापः शान्तिरोषधयः शान्तिर्वनस्पतयः शान्तिर्विश्वेदेवाः शान्तिर्ब्रह्म शान्तिः सर्वं शान्तिः शान्तिरेव शान्तिः सा मा शान्तिरेधि ।’** अर्थात् हाम्रो स्वर्ग, महाकाश-अन्तरिक्ष, पुण्यभूमि पृथ्वी-धर्ती, अमृत जल-पानी, दिव्य जडीबुटी पौष्टिक, औषधि र वृक्ष-वनस्पति, पूजनीय विश्वभरका समस्त देवीदेवता-मनुष्य आत्माहरू र ब्रह्मलोकसहित ब्रह्माण्डमा शान्ति होस् र शान्तिमा पनि महाशान्ति आओस् । वैदिकमन्त्रद्वारा प्राणप्रतिष्ठा गरी पौष्टिक वा औषधिसेवन गर्दा विशेष लाभ मिल्छ । **‘ॐ गुरुर्ब्रह्मा गुरुर्विष्णुगुरुर्देवो महेश्वरः । गुरुः साक्षात् परं ब्रह्म तस्मै श्रीगुरवे नमः ॥’** अर्थात् आदिम गुरु नै उत्पत्तिकारक (ब्रह्मा), पालक (विष्णु) र महेश (मारक) त्रिदेव हुनुहुन्छ (इडा, पिङ्गला र सुषुम्णास्वरूप) महागुरु सञ्चालक श्वरयोगमा स्वभित्र प्रत्यक्ष परम आत्मब्रह्म साक्षात् तत्काल हुनुहुन्छ, स्वभित्र जिउँदो महातत्त्वमा रहनुहुने त्यस्ता गुरु आत्मतत्त्वलाई म सदा नमस्कार गर्छु । प्राच्यविद्यामा अनुसन्धानरत समस्त ऋषिमुनि-गुरुहरूलाई दण्डवत् प्रणाम गरिरहन्छु । “ॐ नमः शिवाय” अर्थात् शिवलाई नमस्कार छ । यो स्वभित्र आत्मब्रह्म-शिवतत्त्वभन्दा यो जीवमा अरू केही छैन, कतै कोही होइन, कहीं रहेनछ । हरेक व्यक्तिको अन्तरात्मामा लीन तत्त्वमिलन सम्माननीय परम आदरणीय सर्व मान्यवर ईश्वरीय आत्माको प्रसाद उपहारस्वरूप यो ग्रन्थ चिन्तन-मनन ग्रहण गर्नुहोला ।

यसमा ग्रन्थमा चिनारी-परिचय, स्वभाव, स्वाद, गुणधर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्राहरूको वर्णन गरिएको छ र सचित्र राखिएको छ । बोकेर हिंड्नै नसक्ने विशाल भएकाले यसो गर्नुपरेको हो । भाग १, २ र ३ खण्डमा प्रकाशनमा आएको छ । यसमा घटबढ-तलमाथि साथै दायाँबायाँ पर्न गएको भए चरणमा नमन गर्दै क्षमाप्रार्थी छु । अङ्ग्रेजी र वैज्ञानिक नाम-हिज्जे (Spellings) यदि छुटे/बिग्रेको भएमा माफी दिनुहोस् । जानेका गुरुकुलपद्धतिमा सदुपयोग हुने परन्तु वैज्ञानिक नाम नभएका हजारौं छन् । लेख्नै नमिल्ने गोप्यबुटी कैयौं रहेछन् । अतः सदा उपचारमा संलग्न वंशज घरेलु उपचारक, समर्पित वैद्यवर, आयुर्वेद चिकित्सक, वनस्पति विशेषज्ञ, जडीबुटीविज्ञ, प्राकृतिक चिकित्साका अभ्यासी, शास्त्रीय गुरुकुलका पक्षधर, प्राच्यआयुर्वेदका साधक/साधिका, पौष्टिकका अन्वेषक-मर्मज्ञ, कृषिवेत्ता, स्वास्थ्यकर्मी, मेडिकल डाक्टर, फर्मासिस्ट, रोगका विषयमा अनुभवी व्यक्तित्व, स्वास्थ्यक्षेत्रका वैज्ञानिक, शोधखोज गर्ने जडीबुटीअभियन्ता, सभ्य तथा जानकार नागरिकहरूमा मेरो हार्दिक निवेदन वा अनुरोध के छ भने गल्ती औँल्याइदिएर सत्य-सही सुझाव दिने अथवा पठाउने कृपा गर्नुहोला । यसमा शब्द र वाक्यांश नमिल्दो, असजिलो, भाषाको अशुद्धता र मिठासमा कमी भए तीतो-टर्रो र पीरो लागेमा गाह्रो-साह्रो नमानिदिनु होला । आगामी संस्करणमा परामर्शका आधारमा अवश्यमेव सुधार गरिनेछ । (Welcome Please ! Herbal Researcher, Botanist, Ayurvedic Supremo Doctors, Plant Professer, Food Master, Health Scientist, Pharmacist, Forester, Chemist, Druggist, Disea ses Analyst, Tonic–Nutrition Specialist etc.)

यस ग्रन्थमा लगभग ८००० आयुर्वेदिक जडीबुटी तथा द्रव्यहरूको वर्णन गरिएको छ । यस ग्रन्थभित्र आयुर्वेदिक बजारमा संसारभर औषधीय उपयोगमा छरिएर रहेका महत्त्वपूर्ण द्रव्यहरूसहित व्याख्यान भएका छन् । भारतीय आयुर्वेदिक द्रव्यहरूसमेत धेरै लेखिएका छन् । हिमालयक्षेत्रका वनस्पतिहरू यसमा अत्यधिक उल्लेख गरिएका छन् । यस ग्रन्थभित्र आयुर्वेद, वन, कृषि तथा जडीबुटीमा नाम चलेका विश्वप्रसिद्ध द्रव्यहरू सङ्कलित छन् । यसमा रस-उपरस, धातु-उपधातु, रत्न-उपरत्न, खनिज, ढुङ्गा-माटो, रासायनिक पदार्थ, जलवायु, जीवांशलगायत औषधि उपचार हुने चिकित्सामा हमेसा उपयोग आउने द्रव्यहरू प्रायः छुटेका छैनन् । योगध्यान-मानवीय स्वऊर्जासमेतको केही अलौकिक वा धार्मिक-सांस्कृतिक सत्य-तथ्य उपचारको सहारा लिनुपरेको छ । आध्यात्मिक कटुसत्य परन्तु कतिपयले बुझ्न नसक्ने अपत्यारिला र असम्भव लाग्ने कुरा लेख्नु परेकामा माफी चाहन्छु । मानवचिकित्सामा कहाँ कतिखेर के काम लाग्छ ? हरेक कुरा निघण्टुमा समावेश गर्न खोजिएको छ । उपचारमा संलग्न हुने केही मनुष्यका नाटक-चर्तिकलाहरू पनि पर्छन् । हरहालतमा सबै रोग तत्काल सन्चो गर्नुपर्ने भएकाले धेरै कुरा यहाँ आएका छन् ।

यसभित्र रहेका कुराहरूलाई विषय वा प्रसङ्गले अन्यथा अर्को अर्थ वा माने नलगाउनुहोला । बृहत्‌ग्रन्थभित्र स्वाभाविक रूपमा रहन गएका प्राविधिक त्रुटिहरूका निमित्त केही दिनको अतिथि महारसलाई क्षमा दिनुहोला । कृपया ! यो थोत्रो र नश्वर शरीरको सम्मान वा अपमानका कार्यक्रममा जो कसैको समय खेर नजाओस् यही समस्तजनसँग सदा निवेदन गर्दछु ।

**'सब्बदानं धम्मदानं जिनाति'** अर्थात् सबै दानभन्दा धर्मदानलाई जित्ने यो महान् सेवादान कर्मको ग्रन्थ आयुर्वेदिक जडीबुटी विज्ञानको संशोधनसहित धेरै थपिएको पुनर्लेखन गरिएको सर्वप्रथम विशेष संस्करण हो । **'नमो तस्स भगवतो अरहतो सम्मासम्बुद्धस्स'** अर्थात् ज्ञान दिने ईश्वरीय तत्त्व जसबाट अज्ञानतालाई नाश गर्दै बुद्धसमान बनाउने स्वविद्यालाई सादर नमन छ । आयुर्वेदप्रेमी, एलोपेथिकका गतिशील चिकित्सक, हजारौँ वैद्यवर, सयौँ योगी र लाखौँ जिज्ञासुहरूको मार्गदर्शनमा यसको लेखनकार्य सम्भव भएको हो । ऋषिमुनिका सूत्रको भाव प्रकाशित गरी आजीवन सेवा गर्ने उद्देश्य राखेर जनकल्याणमा प्रयोगात्मक स्वास्थ्यशैलीलाई व्यवहारोपयोगी बनाउने प्रयास गरिएको छ । स्वास्थ्यकर्मीहरूलाई मात्र होइन, समस्त रोगी र जिज्ञासुलाई काम दिने साथै स्वदेशी उद्यमी र देशमा यथाशीघ्र उत्तरोत्तर प्रगति चाहनेलाई अत्यन्त उपकारी बनाइएको छ । आयुर्वेदीय-जडीबुटी द्रव्यहरूको बृहद्‌सङ्ग्रह सर्वोपयोगी **महारसनिघण्टु** अति सरल तथा सहज घरेलु रोगोपचारमा विस्तृत एवं विस्तार हुँदै विश्वप्रसिद्ध मानवकल्याणकारी शास्त्र बनेकोमा पूर्णविश्वस्त छु । यद्यपि यो संस्करणलाई अति उपयोगी, प्रत्येक व्यक्तिलाई पूरक, आंशिक, वैकल्पिक, थप पौष्टिक, रुचिकर र उपायदेयतापूर्ण बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । भाषाशुद्धि तथा संशोधनमा सतर्कता र प्राविधिकमा सावधानी अपनाइएको छ, तथापि त्रुटिरहित वा दोषरहित हुने दावी वा प्रत्याभूति भने गर्न सकिन्न । यो वृहत्‌सद्‌ग्रन्थमा अपुग भनौं केही नपुग, कतै कमजोरी, यदाकदा छुटेका, नाम यताउता परेका र शङ्कास्पद विषयमा माफ गर्नुहोस् । मानवसेवा कर्मअपराध ठहरिएमा दण्ड-सजाय भोग्न यो क्षणभङ्गुर देह तम्तयार छ ।

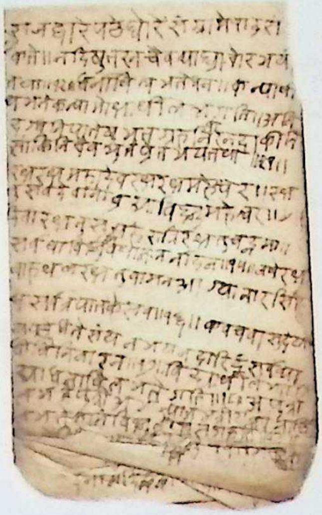
**'स्वास्थ्यं धनं सर्वधनप्रधानम्'** अर्थात् संसारमा सबै धनहरूमध्ये स्वास्थ्य धन, स्वास्थ्यकर र सुस्वास्थ्यको निरोग आयुर्वेदावस्था प्रमुख धनमा गनिन्छ । अतः आजको ज्वलन्त आवश्यकता प्रयोगात्मक सद्‌ग्रन्थमा सत्यवाक्य लेखन आन्दोलन हो । जनचेतनामूलक अभियानको यो कृतिले जन-जागरणका लागि धेरै मानिसलाई उपकार, उपचार, प्रशिक्षण, प्रेरणा र प्रोत्साहन दिनेछ । यो शास्त्र समाजमा व्याप्त रहेका रोग/महारोगका समस्या-पीडा र औषधि/पोषक अभाव निराकरणका लागि सकारात्मक भूमिका खेलिरहेको महसुस गरेको छु । परम्परागत आयुर्वेदिक जडीवुटी ज्ञान-विज्ञानको यो वैद्यकशास्त्र आयुर्वेदिक जडीबुटीसङ्ग्रह **महारस-निघण्टु** भावपूर्ण जिज्ञासा खोज गर्ने मुमुक्षु वैज्ञानिकहरूका लागि सङ्केत बनोस्, अति पीडित, गरीब-दीन-दुःखी र रोगीहरूका लागि प्राकृतिक जडीबुटीद्वारा प्राणरक्षा स्वास्थ्यसुधार जागरण अभियानअन्तर्गत स्वयम् चिकित्सक दिव्यामृत परम औषधि रस-महारस बनेर रहोस् । स्वधर्मको गतिशील साधनाद्वारा ऋद्धिसिद्धि चाहनेहरूका लागि शिवशक्तिभेदन ब्रह्मयोग सदा रहिरहोस्, परोपकार समाजसेवामा समर्पितहरूका लागि सर्वकल्याणकारी पुण्यफल प्राप्त हुँदै गरोस्, वातावरण-पर्यावरणमा ध्यानदृष्टि राख्नेहरूका लागि कसौटीमा एक वज्रकसी प्रमाणित होस्, नेपालआमा र नेपालीहरूका लागि प्रमाण साथीजस्तै साक्षी छोओस्, सबैमा शान्ति आओस्, विश्वभर मानवकल्याण भइदिओस्, पुनः पुनः प्रकृतिरक्षा र बुद्धत्व प्राप्तिका लागि जन्म होस् र स्रष्टाको कृपा भइरहोस् । **'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः । सर्वे भद्राणि पश्यन्तु मा कश्चिद् दुःखभाग्भवेत् ।'** अर्थात् सबै स्वस्थ भएर सदा सुखी रहून्, सबै निरोगी होऊन्, सबैले कल्याण गरून् रोगी भएर कसैले पनि दुःख भोग्न नपरोस् ।

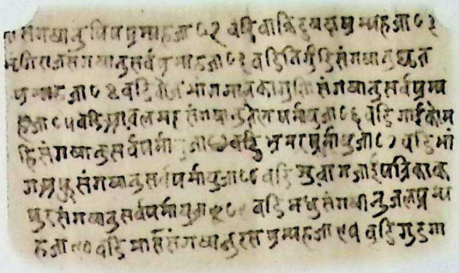
काम परेको वेला प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्षरूपमा सहयोग दिइरहनु हुने हजारौं ऋषिमुनि-गुरुकुल, गुरुवर्ग, साधुसन्त, आयुर्वेद सत्सङ्गी, जडीबुटीप्रेमी, समाजसेवी, साधक, फकीर, त्यागी, अगुवा चिकित्सक, अनुसन्धानक, स्वास्थ्यसुधार का प्रचारक, खोजकर्ता-अभियन्ता, वनस्पतिविद, परम्परागत वैद्य, उपचारक, अग्रज किसान, ध्यानी-ज्ञानी सर्वपूज्य श्रद्धावान् मानवकल्याणकारी आत्माहरूलाई साष्टाङ्ग दण्डवत् प्रणाम गरिरहन्छु । यो कृतिलाई प्रकाशन, वितरण तथा दिगो प्रचार-प्रसार गर्ने हिम्मत बढाउनु हुने बाटाकाचौर बागलुङमा जन्मनुभएका विद्यार्थी पुस्तकभण्डार काठमाडौंका

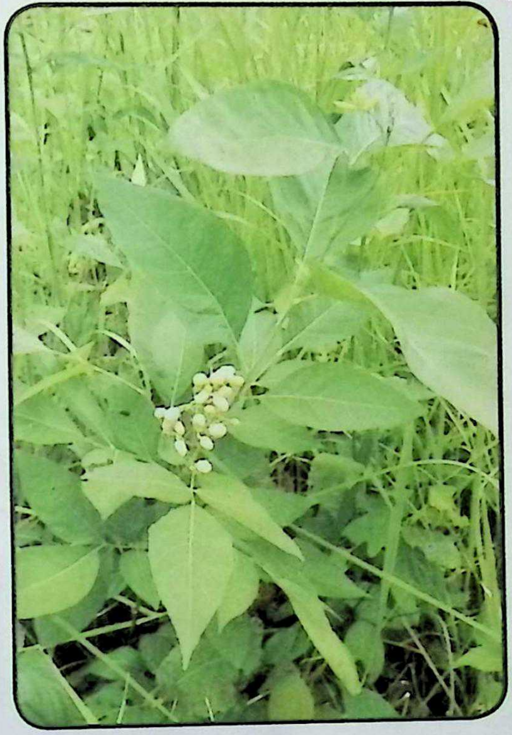
अध्यक्ष तथा सञ्चालक शान्त गौतमज्यूलाई अन्तरात्मादेखि नै हार्दिक मङ्गलमय नमन टक्र्याउँछु । प्रत्येक व्यक्तिको घरघर र हात-हातमा पुर्‍याउने अठोटका साथ लाग्नुभएको छ । ग्रन्थद्वारा सर्वव्यापक जनचेतना अभिवृद्धि गरी सर्वत्र फैलाएर वैज्ञानिक-ऋषिमुनिहरूको सभ्यसमाज र समृद्धिमय नेपाल निर्माणमा प्रकाशकको महत्त्वपूर्ण भूमिकाभित्र विद्यार्थी प्रकाशन परिवार लागि नै रहनेछ भन्ने आशा गर्दछु । प्रकाशकको गृहलक्ष्मी सम्झना गौतम, बोटानिष्ट गणेश खकुरेल, समाजसेवक धर्मराज बराल, भ्राता लिला, डा. माधव न्यौपाने, इन्दु केमिष्ट, जोशीनर्सरी, जयन्त वनशास्त्री, आयुर्वेदका विद्वान् द्वय डाक्टर छत्रपति दाहाल र डा.काशीराज सुवेदी, डा.मतिप्रसाद ढकाल, योगाचार्य डा. बिनोद घिमिरे, ग्राफिक डिजाइनर राज र दामोदरजीलाई हृदयको जरा अन्तरआत्मादेखि साधुवाद... साथै विगतका दिनहरूमा दिलोज्यान लगाएर अति सेवा-सहयोग गर्नुहुने समस्त आदरणीय सज्जनहरूमा दण्डवत् प्रणाम छ । आगामी दिनका आदरणीय-मान्यजन अनि अत्यन्तै सहयोगीहरू सबैसँग अनन्यहार्दिकता साटम्ला-भेटम्ला-मिलम्ला र सत्सङ्ग गरौंला । सनातन-प्राच्यविद्याको संरक्षण-संवर्द्धनहेतु अग्रसर रही मानव कल्याणकारी अभियान सफल गराउन राष्ट्रनिर्माणमा सबैले साथ दिनुहोला । शरीरले साथ नदेला भन्ने पिरलो अनि ग्रन्थ ननिक्लेला भन्ने डरले आत्तिँदै गर्दा यो बृहद ग्रन्थ नेपालआमाको चरण सेवामा जनजनसमक्ष प्रस्तुत गर्न पाएकोमा ज्यादै खुशी लागेको छ । २०७६ नयाँवर्षलगायत गोरख-बुद्धजयन्ती तथा जिन्दगीका हरेक नयाँ क्षणलाई सदा शुभम् सर्वमङ्गलम् ।

यस **'महारसनिघण्टु'** सद्ग्रन्थ प्रकाशनका प्रत्येक काममा ज्ञात-अज्ञात सल्लाहकारमण्डल तथा सेवकगण, यो महान् पुण्यकार्यमा सघाउनु हुने सम्पूर्ण महानुभावहरू तथा हरेक क्षण ऊर्जा प्रदान गर्ने अस्तित्वलाई सधैं दण्डवत् प्रणाम चढाउँछु । अतः पाठकवर्ग, विद्वत्समाज, साधकवर्ग, विज्ञ, सम्बन्धित निकायका वैज्ञानिक, आविष्कारक र चिकित्सकहरूसँग आग्रहका साथ नम्र निवेदन छ कि ग्रन्थसुधारका लागि आफ्नो बहुमूल्य सुझाव पठाउने कृपा गर्नुहोला । यहाँहरूकै परामर्शका आधारमा आगामी संस्करण सुधारको प्रयत्न गरिनेछ । अन्तमा कृति प्रकाशनार्थ आफ्नो अद्भुत योगदान गरी सहयोग पुर्‍याउनु हुने हरेक महान् व्यक्तित्वमा हृदयदेखि नै साधुवाद । यो देहका तर्फबाट कुनै कारणवश कसैलाई दुःख-कष्ट पुग्न गएको भए साष्टाङ्ग प्रणाम छ र आफूलाई साक्षी राखेर क्षमा गर्नुहोला । आगामी दिनहरूमा रहिएछ भने नयाँ केही गरौँला, यसै शरीरसँग भेटघाट हुनेछ । यदि शरीर छुटेर गइएछ भने तत्काल पुनर्जन्म मिल्नेछ । अर्को देहसँग अवश्य पुनर्मिलन होला । हाम्रो पूर्णप्रयास शिवका अनुसार सर्वजनसुखाय सर्वजनहिताय सर्वमङ्गलम् !!! यदि शतप्रतिशत सम्भव नभए बुद्धका अनुसार बहुजनसुखाय बहुजनहिताय मङ्गलम् । पृथिवीवासी हामी सबैको जय होस् !!! सदा र सर्वत्र मेरो अनुरोध पुण्यकर्मयोगहेतु स्वागतम् ! सुस्वागतम् ! ! महास्वागतम् !!!

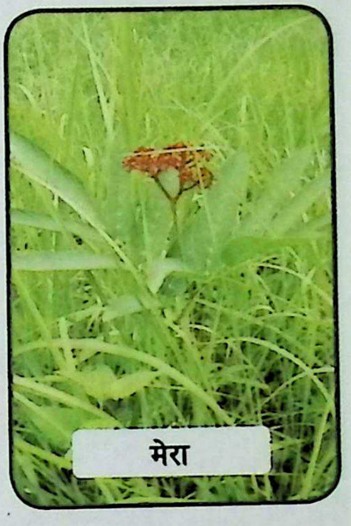
**प्रार्थी**
**लेखक-अन्वेषक : ऋषिमुनिका विद्यार्थी योगी धर्ममहारस**
**फोन : ९७४११५५१२६/९८४९५१२४२०**
**E-mail: dharmamaharas@gmail.com**



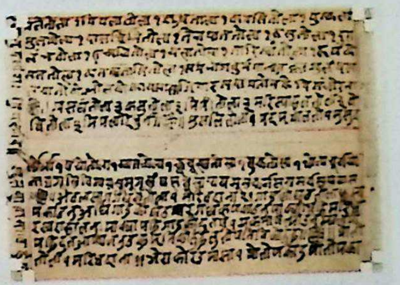


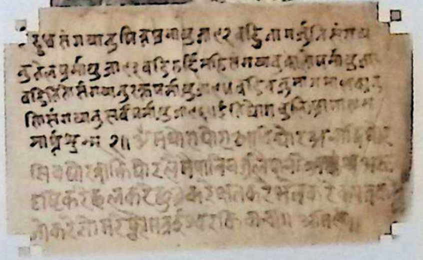


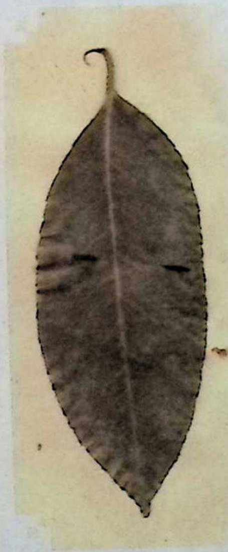
तेर्रा

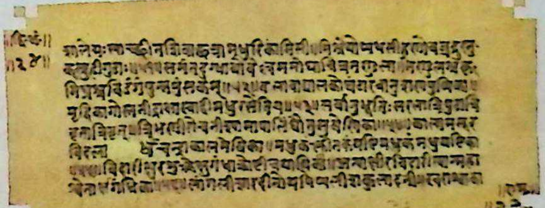


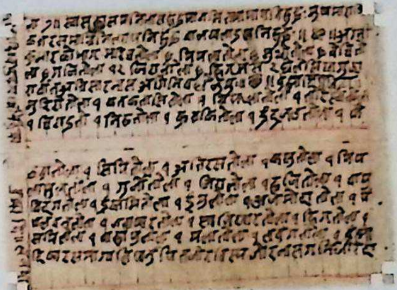
मेरा

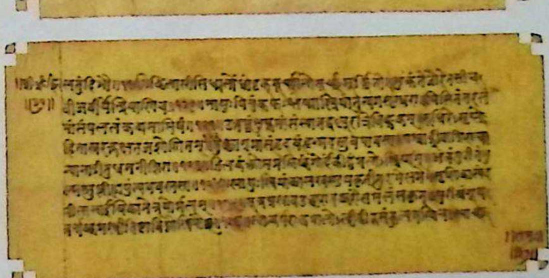












# विषयावली

प्रथम खण्ड ....................................................................................१-९६५

१. नाममा आएका स्थानविशेष भाषाको सत्यता, कठिनता एवं साङ्केतिक परम यथार्थता ............ १

२. आयुर्वेदीय प्राचीन नाडीज्ञान, आदिमस्वास्थ्य जाँच ................................................ १

३. आयुर्वेदिक पञ्चकर्म ...................................................................................... २

४. रोगीलाई जाँच गर्ने विधिहरू ....................................................................... २

५. आयुर्वेदिक-जडीबुटी र प्राकृतिक उपचार प्रविधि ................................................३-४

६. कर्मयोग आयुर्वेदीयजडीबुटी चिकित्साअभ्यासले प्रत्येक व्यक्तिलाई गति दिन्छ..........................४-५

७. आयुर्वेदीय जडीबुटीद्रव्यहरूको विभिन्न परिभाषा, निर्माणविधि, विशेष औषधि बनाउने कला एवं प्राच्यज्ञान-विज्ञानसम्बन्धी विशेष जानकारी ....................................................५-१६

८. प्राचीन-शास्त्रीयमान नापतौलको निरूपण मात्राको निर्णय र आधुनिक प्रचलितमान ....................१७-२०

९. षड्रसका सर्वमान्य आयुर्वेदसिद्धान्त (Auyrvedic Principles of Six Type of Taste) सर्वमान्यसिद्धान्त छरस (षड्रस), Mainly Sixth Taste ..........................................२०-२३

१०. सर्व स्वाद/एकदम खल्लो स्वाद/बेस्वाद वा अस्वादका औषधि नखाम/मिठो स्वाद वा मनै रमाउने गुलियो परन्तु विष ...................................................................२३-२४

११. आयुर्वेदिक चिकित्सापद्धतिमा गतिशील लाभ लिने विशेष विधिहरू ??? ........................ २५

१२. खाएर-पिएर नपच्दा वा अपच/अजीर्ण भएमा के खानुपर्ने ??? ....................................२६-२८

१३. महारसनिघण्टुका शब्दार्थ (Word Meanings)...........................................................२९-३२

१४. ह्रस्व र दीर्घ गर्ने केही मौलिक शब्दहरू ..............................................................३२-४१

१५. अनुपानज्ञान–धातुउपधातु, स्थावर र जङ्गमविषबारेमा ..........................................४२-४४

१६. अ ........................................ ४५-१५७

१७. आ ........................................ १५७-१९९

१८. इ ........................................ १९९-२१४

१९. ई ........................................ २१४-२१६

२०. उ ........................................ २१७-२४६

२१. ऊ ........................................ २४६

२२. ऋ ........................................ २४६-२५२

२३. ए ........................................ २५२-२६५

३४. ऐ ........................................ २६५-२८३

२५. ओ ........................................ २८३-२९१

२६. औ ........................................ २९१-२९३

२७. क ........................................ २९३-६००

२८. ख ........................................ ६००-६५०

२९. ग ........................................ ६५०-७९२

३०. घ ........................................ ७९२-८३०

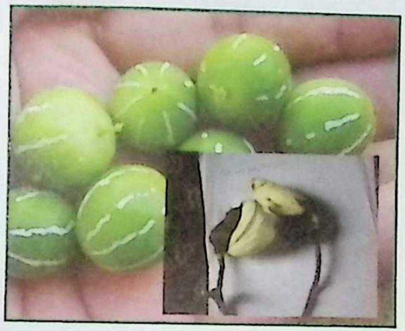
३१. ङ ........................................ ८३०

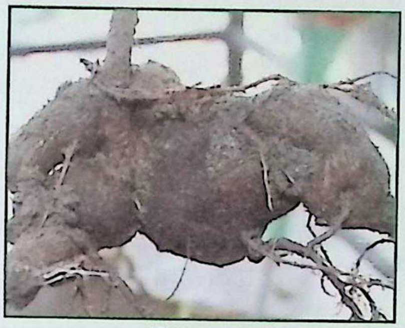
३२. च ........................................ ८३०-९६५

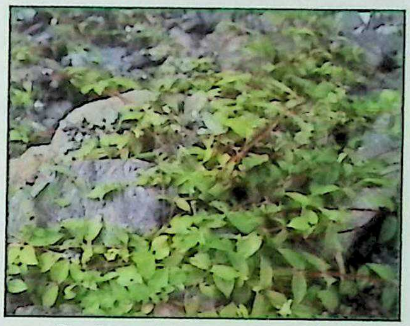
# महारसनिघण्टु

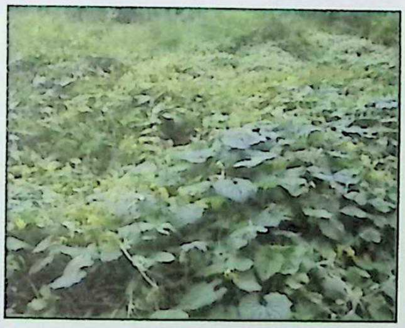
## (Maharas Ayurvedic Herbal Health Encyclopedia)

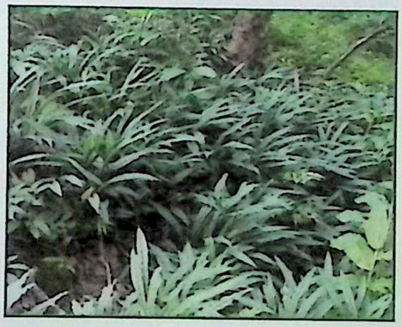
## प्रथम खण्ड

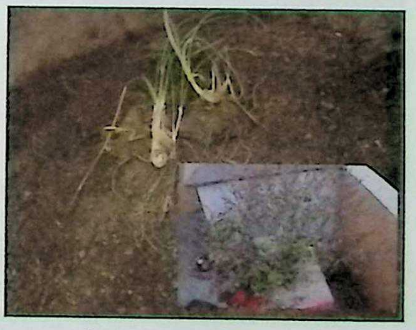

शिवलिङ्गी र सेतो पलास

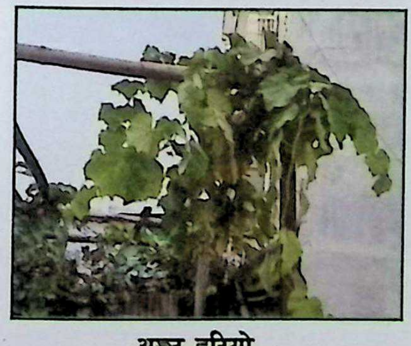

गुर्जोको गानो

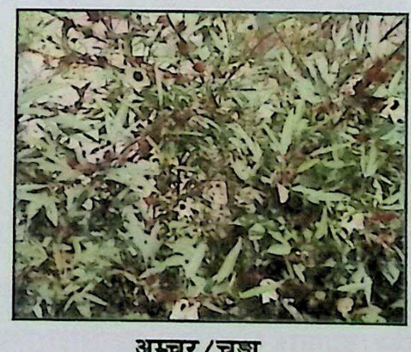

चिप्ले रातो/रक्तमासलहरी

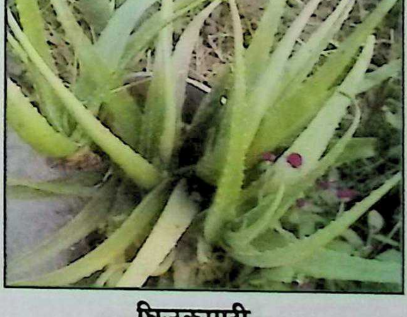

वनकरेला/हिमकरेला


भुइँचम्पाको वन


केशर र तुलसी कालो


अङ्गुर हरियो


अम्चुर/चङ्गा


घिउकुमारी

अभ्रक पाक यन्त्र

रगते च्याउ/गानोडर्मा

पुष्पीझार

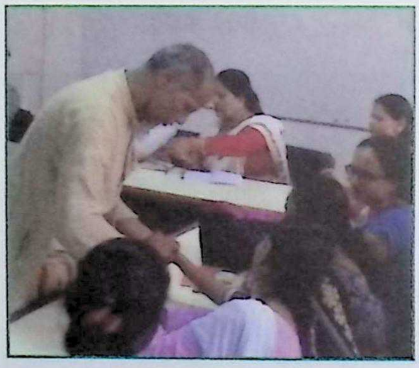
सर्पगन्धा

श्रीखण्ड ठूलोपाते

घट्ट

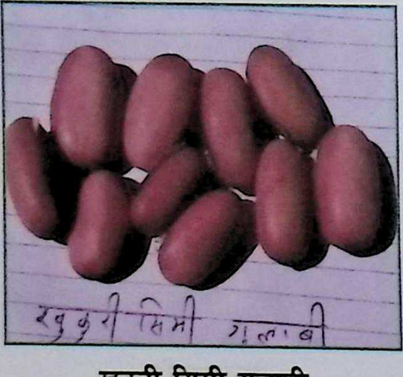
ऋषिमुनि आयुर्वेद प्रा.लि.
Rishimuni Ayurved Pvt.Ltd.
मुकुन्दपुर-७,हर्कपुर, नवलपरासी
Mukundapur-7 Harkapur Nawalparasi
२०७०
2013
सुनौले रङको शक्खरकन्द

शक्खरकन्द



नाडीज्ञान सिकाउँदै

काफल



खुकुरी सिमी गुलाबी

महचाका

ओल मिठो

## नाममा आएका स्थानविशेष भाषाको सत्यता, कठिनता एवं साङ्केतिक परम यथार्थता :

यो देश नेपाल बहुभाषिक र जैविकविविधताको धनी भएकोले सबैले आफ्ना भाषा प्रयोग गर्दछन्। स्थान अनुसार एउटै तामाङ वा तमाङमा पनि भिन्न बोलिन्छ। वल्लो र पल्लो गाउँमा गुरुङ भनाई फरक पर्छ। नेपालीभाषीका जिल्लैपिच्छे अलग नयाँ नाम हुँदा भारततिरझैं प्रादेशिक वा क्षेत्रगत एउटै नाम दिन र नाम लेख्दा ठोकुवा गर्न नसक्नु मेरो कमजोरी होइन। उदाहरणको लागि जातीयआधारमा तनहूँ र झापाको दराईमा एक नामले भनिँदैन। पूर्वी र पश्चिमी रसुवामा नाम अन्तर पर्छ। माथिल्लो मुस्ताङका हरेक गाउँमा अलग नाम आउँछ। खुम्बुवान र ओलाङचुङगोलाको नाम एउटै पाइँदैन। हुम्ला र कालीकोटे नाम दुई छन्। उपल्लो डोल्पोअम्ची र सिन्धुतातोपानी आम्चीको नाम मिल्दैन। केही नाम यसरी पनि आएको छ : (Am), गुरुङ (Gr), खाम (Km), तमाङ (Tm), शेर्पा (Sr), मगर (Mr) इत्यादि। अतः लोपोन्मुख जातीगत भाषा बचाउन र स्थानीय वनस्पतिका नाम जान्न बृद्धबृद्धाहरूको सहयोग साथै सत्सङ अति आवश्यक छ। स्थानीय सरकारको धनराशी लगानी गरी तत्काल प्रयोगात्मक गतिशील अभियान चलाएमा स्वसंस्कृति, भाषा, स्थानीय वस्तुहरूद्वारा बन्ने भेषभूषा, परम्परागत उपचार, वनस्पति सम्पत्ति इत्यादि सबै जोगिन्छ। हाम्रा प्राचीन सम्पदा संरक्षण-सम्वर्द्धन भई हामी धनी हुन्छौं।

वैज्ञानिक नामको जाति-प्रजाति छड्के-Italics मा **species** लेखिएको **sp. or spp.** बुझेर-जानेर मिलाएर ग्रहणगर्नुहोला। **Scientific Name** नै **Researcher/Writer/Scientist** भएकोले यस ग्रन्थमा वनस्पतिको नाम पछाडि **Scientist** को नाम लेखिएको छैन। एउटै वनस्पतिको सेतो/रातो/कालो/पहेँलो/सुनौलो/निलो/नीलो/रगते/प्याजी/बैजनी/कलेजी इत्यादि रहेकोले पाठ हुबहु जस्तो लागे पनि केही फरक छन्, भिन्न शिर्षक सम्झेर पढ्नुपर्छ। गुणधर्मकर्म समानको कारण उस्तै र दुरुस्तै पनि लाग्न सक्छ। एउटै वनस्पतिले त्रिदोष हटाएर शामकशक्ति हुने हुनाले धेरै उपचारका व्याख्या लामो भएको छ। एक वनस्पतिले १०-२० वटा रोगमा काम गर्ने प्राकृतिक वानस्पतिक स्वभाव नै हो। एउटै बुटीले यति धेरै काम गर्ने भनी जिब्रो फड्कार्नु पर्ने छैन किनकि यो संसारको कुनाकाप्चामा एउटै आखती सयौंरोगमा उपचार गरिरहेका भेटिन्छन्। प्रत्येक सम्प्रदायको उपचारपद्धति अलग अति भिन्न र धेरै फरक पाइएको छ। चपाउने चुस्ने टुक्रा, अङ्ग, स्वरस, रस, काँढापानी, क्वाथ, अर्क, अवलेह वा खोटो, अत्तर, चूर्ण, वटी वा क्याप्सुल, घनसत्वसार, भस्म, क्षार, सुई, मिश्रण, कल्पबासी आहार इत्यादि धेरै विधिहरूबाट चिकित्सामा उपयोग गरिने हुनाले व्याख्या लम्बेतान बन्न गएकोमा क्षमा याचना गर्दछु।

अन्तमा मेरा अति परम पुजनीय एवं प्राणप्रीय आयुर्वेदीय वनस्पतिज्यूहरूलाई तँ तँ र म म, यसले वा त्यसले, उसले यो वा त्यो, गर्छ वा गराउँछ, यसो उसो उपकारका कुरा लेख्नुपर्ने, फलाना वा ढिस्कानाका अनेकौं नामले पुकार्नुपर्ने वाध्यताप्रति म ज्यादै दुःखी छु। सम्मानजनक शब्दहरू लेख्न नसकेकोमा म सदा क्षमाप्रार्थी छु। कल्याणकारीकर्म योगको कारण माफ गर्नुहोला। अहोरात्र ध्यान-चिन्तनमा वनस्पतिभाषा बुझ्न नसक्ने म बहिरो/लाटो/अन्धो/अज्ञानी पञ्चभौतिकदेहको तर्फबाट सधैं दण्डवत् प्रणाम टक्र्याउँछु। मेरै कारणले कष्ट मानेर दुर्लभ तथा लोपोन्मुख नभइदिनुहोला। परम वन्दनीय एवं आदरणीय हे वनस्पतिगण! पृथिवीका समस्त रोगहरणहेतु वनस्पतिजन्ममा नै आइदिनुहोला। मेरा आँशुले जरामा सिञ्चन गरिदिम्ला। मनुष्यलाई मलजलसहित संरक्षण-सम्वर्द्धन र खेती गरिरहने वुद्धि दिनुहोला। वनस्पति आत्माहरूको जयजयकार भइरहोस्।

## आयुर्वेदीय प्राचीन नाडीज्ञान, आदिमस्वास्थ्य जाँच

**Ancient System of Health Examination on the basis of three humours–Nadi Gyan, Hand Check**

**चिनारी :** स्वास्थ्य जाँच सनातन प्रचलन हो। आदिमकालमा रोगग्रस्त मानवको पत्ता लगाउने अनुसन्धानसूत्र शिवले महाशिवरात्रीमा सर्वप्रथम प्रयोग गर्नुभएको थियो। दोष बिग्रेर एक वा धेरै रोगहरू लाग्छन्। आयुर्वेदिक सिद्धान्तअनुसार तीन प्रकृति वात, पित्त र कफ (Three Humours) मानिन्छ। नाडीज्ञानबाट अनुभवी जाँचकी रोग कोट्याउने वा छुट्याउनेलाई नाडीवैद्य भनिन्छ। विश्वमा नाडी परीक्षण उत्तम जाँचप्रणालीमा गनिन्छ। त्रिदोष सम छ, तीनऔंलाबाट समानरूपमा दबाउँदा बराबर छ, घटीबढी छैन यदि भने नीरोग र स्वस्थ हो भन्ने बुझिन्छ। माइली-चोरीऔंलामा दबाब ज्यादै परेमा वातवृद्धि, साँहिली वा बीचको औंला दबाउँदा दबाब धेरै हुँदा पित्तवृद्धि र काहिँलीऔंलामा दबाब बढी भएमा कफवृद्धि हुन्छ। दबाबमा त्रिशूल आकारका तीन अङ्गुलबाट वात, पित्त र कफदोषमध्ये घटबढ वा सम वा एकवृद्धि अर्को घटाउ भएको तत्काल रोग छुट्याउन सकिन्छ, निराहार खालीपेट नाडीजाँच गर्नुपर्छ, स्त्रीको बायाँनाडी र पुरुषको दायाँनाडी एक हातको दूरीमा बसी समातेर हेरिन्छ। ध्यानस्थअवस्थामा त्रिदोषजरोग पत्ता लाग्छ, एक वा दुईदोष

थाहा पाउन गाह्रो छैन । बढेको दोषलाई घटाउने र घटेको दोषलाई बढाई समान गर्ने विधि आरोग्यधामको विश्वप्रसिद्ध वैज्ञानिकसूत्र हो । थाकेर आएको, भोकले सताएको, दिसा-पिसाबले च्यापेको, अतिसुस्तमनःस्थिति र रक्ताल्पता-कमजोरीका समयमा सही नाडी आउँदैन ।

## आयुर्वेदिक पञ्चकर्म :

सनातन परम्परामा आदिनाथ शिवका अनुसार

१) निरुह-आस्थापन स्नेहन-मालिस
२) अनुवासन-स्वेदन-बाफकर्म
३) नस्य-नस-शिरोविरेचन
४) वमन-उल्टी
५) विरेचन-पेटशुद्धि पञ्चशुद्धि गरेपछि आयुर्वेद चिकित्सा तत्काल फलदायक बन्छ ।

**यौगिकक्रिया :** योगआविष्कारक शिवका अनुसार

१) विरेचन-वस्ति/शंखप्रक्षालन
२) वमन
३) धौति
४) नेति-नस्य
५) कपालभाँति-प्राणायाम
६) बाह्य र अन्तरत्राटक
७) नासिकाग्र ध्यान
८) शाम्भवीमुद्रा

**प्राकृतिक चिकित्सा :** पञ्चतत्त्वबाट मात्र गरिने उपचारलाई प्राकृतिक चिकित्सा भनिन्छ किन्तु आज यहाँ करोडौंका उपकरण-मेसिनहरू प्रचलनमा आए । प्राकृतिक चिकित्साकर्म

१) विरेचन-एनिमा
२) वमन
३) बाफ
४) मालिस
५) शिरोविरेचन
६) पञ्चनेति (दूध, घिउ, तेल, अर्क, जल)
७) सेक-ताप
८) कटि डुवान

## रोगीलाई जाँच गर्ने विधिहरू :

१) मनपरीक्षा
२) स्वभाव
३) संस्कार
४) कर्म
५) खानपान-आहारविहार
६) श्वर-परीक्षण
७) त्रिदोष नाडीपरीक्षण
८) पञ्चतत्त्व जाँच
९) नाडी धड्कन संख्या जाँच
१०) नङ-रगतजाँच
११) नेत्रपरीक्षा
१२) जिब्रोपरीक्षा
१३) नाभिचक्र अग्निपरीक्षा
१४) हृदयचाल परीक्षा
१५) रक्तचापनापकविधि
१६) ज्वर
१७) शिरमण्डल स्पर्श
१८) रज, वीर्य, थुक, खकार, दिसा, पिसाब, रस र रक्त जाँच
१९) सप्तधातु क्षयवारेमा शोधपुछ ११-१०८ प्रश्नहरू
२०) वजन (तौल)
२१) छालाको रङ्ग कस्तो ? सुक्खा वा नरम ? इत्यादि ।

## जडीबुटीको पहिचान के हो ? सर्वप्रथम जडीबुटी चिन्नुपर्छ ।

सर्वप्रथम जडीबुटी चिन्नुपर्‍यो । चिनारी नभएसम्म आयुर्वेदिक जडीबुटीमा विषय-प्रवेश नै हुँदैन । आफ्नो वरिपरि स्थानीय क्षेत्रमा के-के जडीबुटी छन् ? ज्ञान हुनु जरुरी छ । सबैले जान्नु आवश्यक छ । जबसम्म पहिचान हुँदैन कुनै पनि द्रव्यहरूको परिचय खुल्दैन र आफ्नो श्रीसम्पत्ति धेरै भएको थाहा पाइन्न तबसम्म आफूलाई आफ्ना चीजको पत्ता लाग्दैन । स्वधनलाई चिन्दैनौं भने प्राकृतिक हरियो वन जन्मसिद्ध धन अमूल्य जडीबुटीका बारेमा केही पनि बुझ्दैनौं । आफ्ना जडीबुटीको परिचय आफूसँग हुन थालेपछि एकआपसमा अर्काको चिनजान हुन्छ र बल्लतल्ल थाहा पाइन्छ । थाहा पाउनु जिन्दगीको पहिलो कर्तव्य हो । त्यसपछि सदा सर्वत्र चिनिन्छ र दिनहुँ नयाँ-नयाँ जानकारी बढ्दै जान्छ । धेरैपटक बारबार देख्नुपर्ने बिरुवाका हरेक अवस्थामा दर्शन गरी नियाल्नुपर्दछ । धेरै पटकको अवलोकनबाट कहिल्यै नबिर्सने र नभुल्ने गरी परिचय मिल्दछ । त्यसपछि महत्त्व बुझिन्छ र अरूलाई पनि चिनाउन सकिन्छ । जब हराभरा जडीबुटीको ज्ञान बढ्दछ तब विज्ञानी भई परेका बेला हेर्न र जाँच्न मन लाग्दछ । चाट्ने, चाख्ने र सुँघ्ने अनि जब चित्र मनमा गढ्छ चिन्तन-मननले चिनाउँछ । नक्कलीसँग सावधान रहने मौका मिल्छ र कसैले नराम्रो चीज भिडाउँदैनन् । शुद्ध र ताजा जडीबुटीबाट बनेको औषधि छिटो लाग्छ र त्यसले अतिशीघ्र रोग निको पार्छ ।

## जडीबुटी-वनस्पतिका कुन-कुन भाग प्रयोग हुने ?????

जरा, उपजरा, कन्द, भित्री गानो, भित्री बोक्रा, बाहिरी बोक्रा, पूरै काण्ड, फूल केशरसहित, केशर, फल, बीज, गुदी, पात कलिलो, छिप्पिएको पात, सुकेका पात, चोप, भुवा, कपास इत्यादि । एकाङ्ग भनेको एकभागमात्र अथवा सर्वाङ्ग भनेको सबैभाग अथवा पञ्चाङ्ग-पाँचअङ्ग : जरा, पात, काण्ड, फल र फूल रोगअनुसार विभिन्न भागहरू प्रयोग गरिन्छ ।

## आयुर्वेदिक-जडीबुटी र प्राकृतिक उपचार प्रविधि :

१) अङ्ग मालिस, शिर मसाज, सर्वाङ्ग मालिस, उपचारात्मक मालिस, शिरोधारा, लेप, लेपपट्टी, नस्य, चक्रभेदन मालिस, शीतल जलनस्य, दूधनेती, जलनेती, घ्यूनेती, तेलनेती, जडीबुटी रसनेती, रबरनेती, सूत्रनेती इत्यादि ।

**२) वमन क्रिया-Kunjal :** सामान्य जल वमन, औषधीय काँढापानी वमन, हरियो रस वमन, रसायन पानी वमन, विशेष रसौषधि वमन ।

**३) बाफ सेवा :** अङ्गबाफ, घाँटीमुनिको छोटो बाफ, होलबडी स्टिम बाफ, कोठे समूहगत बाफ, मुखाकृति बाफ, हरियो रसौषधि बाफ, सुख्खारामबुटी बाफ, अत्तरिय सेन्टेड बाफ, रोगनाशक विशेष बाफ, सङ्लो पानी बाफ, महत्त्वपूर्ण जडीबुटी बाफ इत्यादि ।

### ४) जलमग्न उपचार-हाइड्रोथेरापी

हिपवाथ, कटिवात, लेगबाथ, तातो पानीले ढाड सेकाउने । चिसो पानीले ढाड सेकाउने, मेरुदण्ड चिस्यान उपचार, मस्तिष्क शोधन ठन्डी उपचार, शरीर दुखानमा तातो पानी उपचार, चिसो जलसमाधि, रोगशोषक रसायन पानी, रोगनाशक काम्रो (झुम्रो कपडा) सेक (गरम रसायन पानी) । षड्रसकुण्ड, तीतो पानी घडा, टर्रो पानी भाँडा, अमिलो पानी, पिरो पानी, सुगन्धदायक पानी इत्यादि जलीय उपचार सयौं तरिकाले गरिन्छ ।

### ५) प्रकाशतत्त्व उपवास उपचार :

निराहार, जलाहार, अल्पाहार, रसाहार, कल्पाहार, दुग्धाहार, फलाहार, शङ्खप्रक्षालन, एनिमा,

जलवस्ती, नरम गुलाव, विरेचन । मलमूत्र विकार आदि विजातीयद्रव्य निष्काशन गरी शरीर क्षेत्रीयकरण शुद्धता ल्याई ध्यान समाधिको अभ्यासमा पुऱ्याइन्छ । एकान्तवास, एकल दिनचर्या, मौनव्रत, ज्योतिध्यानको अभ्यास, अजपाजप, आज्ञाचक्र छेदन, शिवशक्ति भेदन ।

**७) माटो-पृथ्वीतत्त्व उपचार :**

पेटमा माटोपट्टि, निधारमा माटोपट्टि, अङ्गलेप, चिसो तातो माटोपट्टि, नाङ्गै हिलो गिलो माटोमा डुब्ने खाडल, रोगअनुसारको विशेष माटो लेपन, धूलो माटो छर्कने, माटो लगाउने, माटोसँग खेल्ने, अनौपचारिक खेल, स्वर्णगेरु, कमेरो र कालीमाटोको खाडलमा बस्ने, माटोघोल-स्नान, अमृत माटोपानी पेय ।

**८) नस्य उपचार :**

| | |
|---|---|
| क) नरम नस धूलो | कडा नस धूलो |
| ख) नरम नस हरियो | कडा नस हरियोरस |
| ग) नरम नस अत्तर/अर्क | कडा नस अत्तर/अर्क |
| घ) नरम नस धुवाँ/बाफ | कडा नस धुवाँ/बाफ |
| ङ) नरम नस तेल | कडा नस तेल |

**९) काँढापानी उपचार :**

क) कफनाशक काँढापानी-सुकेको/हरियो

ख) वातनाशक काँढापानी -सुकेको/हरियो

ग) पित्तनाशक काँढापानी -सुकेको/हरियो

घ) पुष्टिकरपेय -सुकेको/ताजा

ङ) रोगअनुसारका विशेष काँढापानी/पेय

च) दर्दनाशक विशेष काँढापानी/पेय

छ) मेदोहर मोटोपननाशक काँढापानी/पेय

**१०) घुमाउने चलाउने खालका विभिन्न सामानहरू :** पैतालाले बालुवामा हिँड्ने । गिटीमा हिँड्ने, ढुङ्गामा हिँड्ने, भारी बोक्ने, कोदालो खन्ने, उकालो-ओरालो हिँड्ने, दगुर्ने, खेल्ने, कुनै कर्मयोग गराउने वा थकाउने योगासन, सूक्ष्मव्यायाम-एरोविक्स ।

**११) अत्याधुनिक फिजियोथेरापी,** इलेक्ट्रोथेरापी संयन्त्रहरूवाट शारीरिक व्यायाम गर्ने इत्यादि ।

## कर्मयोग आयुर्वेदीयजडीबुटी चिकित्साअभ्यासले प्रत्येक व्यक्तिलाई गति दिन्छ

१) यस विषयमा धर्म, जातपात, लिङ्ग, भूगोल, उमेर, धनी-गरीव, सानो-ठूलोको यहाँ कुनै भेदभाव हुँदैन । जोसुकैले कर्मयोगमा सहभागी भई हरपल लाभ लिन सक्नेछन् ।
२) निरन्तरको साधनाबाट स्वास्थ्य-नीरोग हुन्छ र रोगहरू सबै हराउँदै जानेछन् ।
३) विनाधनका र बेरोजगारीलाई मानसिक तनावबाट मुक्ति मिल्छ र भ्याइनभ्याइ काम हुन्छ, कार्यस्वक्षमतामा वृद्धि हुँदै जानेछ ।
४) कर्मयोगको अभ्यासद्वारा दैनिक जीवन चल्छ, स्मरणशक्तिको विकास र स्वशान्तिको महसुस हुन्छ ।
५) आत्मविश्वासको वृद्धि हुन्छ र आनन्द प्राप्त गरी अन्ततः नीरोगी भई मोक्ष प्राप्त हुन्छ ।
६) दुर्व्यसन र कुलतवाट मुक्ति पाउन सकिन्छ र पारिवारिक तथा सामाजिक सम्बन्धमा सुधार आउँछ ।

७) कर्मयोगको सहज ध्यानपद्धतिद्वारा कुण्डलिनी शक्तिलाई जागृत गरेर स्वयम्लाई सर्वव्यापी ईश्वरीय तत्त्वसँग एकाकार भई आत्मसाक्षात्कारको अनुभव हुन्छ र रोग घट्दै जान्छ ।

८) हाम्रो मानव शरीरको संरचनामा त्रिनाडी तथा सप्तचक्र भेदन भई जागरणपछि साकार-निराकारस्वरुप आलोकित दिव्यशक्ति महायोगको प्राप्तिबाट स्वधर्म र समर्पित कर्मयोगको माध्यमले पुनर्जन्मझैं लाग्दछ ।

## आयुर्वेदीय जीवनशैली र यथार्थजीवनमा उपयोगी जडीबुटी

बाल्यकाल, यौवनकाल र वृद्धावस्था जीवनका तीन चरण पार गर्दै एकदिन कालगतिले मृत्युमा परिणत हुनुपर्ने सुनिश्चित छ । रोग, महामारी तथा विषादिले यो शरीर अकालमा अस्ताउनेछ । स्रष्टाले कुनै मेलामा यो प्राणहरण गर्न सक्तछन् । कर्मफलअनुसार कुनैपनि बेला प्रकृतिले संसारबाट तत्काल बिदा दिनुपर्ने हुन सक्छ । आरोग्यदायक जीवन सुखदायी हो भने रोग महादुःखमा परिणत हुन्छ र मृत्युमा टुङ्गिन्छ । पुनः यो शरीर मिल्दैन । जिन्दगीमा अबका दिन कर्तव्य पालना गरी स्वअनुसन्धानबाट उपयोगी बनेर गतिशील हुनुपर्दछ । पाञ्चभौतिक शरीरले आध्यात्मिक साधना र यौगिकक्रियाद्वारा कर्मयोगको यथार्थतामा जिन्दगीको सार्थकता प्राप्त गरी मुक्ति महामोक्षमा अग्रसर रहनुपर्दछ । सत्यतामा विश्वासी भई श्रद्धामा शरणागत र स्वधर्ममा तल्लीन बन्नुपर्दछ । नीरोग रहने विद्याबाट स्वास्थ्य रक्षा गर्दै साधनामय जीवन अङ्गाल्नुपर्छ । अतः रोगी आध्यात्मिक साधक बनेमा सभ्य नागरिकको स्वस्थ परिचय खुल्दछ । अमूल्य जीवनमा बहुमूल्य बुद्धि पलाएमा निरोगी भइन्छ । जिन्दगीमा आयुर्वेदिक जीवनशैली र जडीबुटी नै स्वास्थ्यको आधारशिला हो ।

## आयुर्वेदीय जडीबुटीद्रव्यहरूको विभिन्न परिभाषा, निर्माणविधि, विशेष औषधि बनाउने कला एवं प्राच्यज्ञान-विज्ञान सम्बन्धी विशेष जानकारी

### १) पञ्चाङ्गका ताजा वा सुकेका टुक्रा (Small Pieces)

**चिनारी** : पाँच अङ्गमध्ये कुनै एकभाग वा अंशलाई ताजा टुक्रा च्वाट्ट काटेर चुस्ने-चपाइरहने फेरि १-२ ग्रामका ससाना टुक्रा चुस्ने-चपाइरहने जसले अति छिटो सन्चो गर्छ । दिनमा ५-७ पटक चुस्ने ।

### २) सिलौटोमा पिसेर ताजा लेदो खाने विधि (Fresh Paste)

**चिनारी** : ताजा जडीबुटी वनस्पतिलाई आवश्यक पर्ने एक अङ्ग अथवा पञ्चाङ्ग चोप सारसहितको तत्कालै पिसेर महिन लेदो बनाई खाइन्छ । उपयोगी पुष्टिकरतत्त्व भएको लेदो खाने गर्दा सजिलै जीवन धान्न सकिन्छ । पिसेर खाँदा तीतो र टर्रोलाई पानीसँग र मीठो र अमिलो एक्लै निलिन्छ । कटुवर्गको पीरो खाँदा मनतातोपानी आवश्यक पर्छ ।

### ३) धूलो पार्ने विधि (Powder)

**चिनारी** : हावामा वा कम घाममा केहीबेर, केही दिन वा केही हप्ता सुकाएको जडीबुटीलाई ढिकी, खल अथवा मेसिनहरूको सहयोगले चूर्ण बनाउने प्रचलन छ । यस्तो धूलोलाई कपडा वा चाल्नाले छानेर, चालेर सुरक्षित राखिन्छ । धूलोको क्याप्सुल पनि भरिन्छ । पातधूलो छिटो सड्छ, तेलीय बीज र मूलचूर्ण धेरै वर्ष टिक्छ ।

क) जौकुट चूर्ण खस्रो बनाउने विधि : औषधिद्रव्यलाई खस्रो बनाएको (जौको बोक्रा र भुस नकुटिएझैँ)

### ४) बीज तेल-घीउ (Oil–Ghee)

**चिनारी** : आजकल जनसंख्याको उच्चवृद्धिदरको चापले नाम चलेका बीजतेल अभाव र नपुग्दो कारणले हरेक बीजतेलको प्रयोग बढ्दो छ । धेरैले सेता बीजहरूको तेल मिसाउँछन् । ९७% बीजहरूमा तेल

निक्लन्छ जसमा ५०% तेलको स्रोत विशेष हो । केहीमा कम र कुनैमा न्यून अंश तेल आउँछ । कुनैमा बाक्लो तेल जमेपछि घीउ बन्छ । **मात्रा** : तेल वा घीउ २०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५) चोप, वनस्पति मेद-मज्जा (Gum)

**चिनारी** : झरि-पानी परेको वर्षादमा बाहेक हरसमय चोप निक्लिरहन्छ । पुराना बोट-वृक्ष परिपक्व भएपछि धेरै वा थोरै बाक्लो-पातलो चोप निस्कन्छ । विशेष गरी धेरै चोप निक्लने ५-१० वर्षमा तयार हुनेलाई खेती नै गरिन्छ ।

### ६) खोटो पकाउने विधि (Home Cooking Paste)

**चिनारी** : धोई, पखाली हावामा सुकेका जडीबुटीको एकभागमा आठभाग पानी राखी पकाइन्छ । तीनभाग रहँदा आगाबाट निकालेर सेलाएपछि कपडछान गरी पानीमात्र पुनः पकाइन्छ । मन्दाग्निमा पाक्दापाक्दै नडढोस्, नजलोस् पानी रहँदै नरहोस् । जब भुइँमा निकालेर काठका वा सिसाका भाँडामा राखिन्छ । यस्तो गिलो, खोटो आवश्यकतानुसार चौथाइदेखि एकचम्चा मनतातो पानीसँग खाइन्छ । शोथ, घाउ र चोटमा लेप लगाउन मिल्दछ । खोटाले अति राम्रो काम गर्छ । **मात्रा** : १-५ ग्राम, ३-५ पटक ।

### ७) घनसत्त्वसार खिच्ने विधि (Extract)

**चिनारी** : काँच्चै वा केही दिन हावामा वा घाममा सुकाएर पकाई घनसत्त्वसार खिचिन्छ र धूलो अवस्थामा निकालिन्छ । धोई-पखाली ताजा वा हावामा सुकेको वा सुकेको वनस्पतिका मसिना टुक्रा एकभागलाई आठभाग पानी राखी पकाइन्छ । मन्द, मध्यम र तेज अग्निद्वारा पकाई जब तीन भाग रहन्छ तब कपडछान गरी पुनः क्वाथ पकाउने अब सत्त्वसहितको तत्त्व पिँधमा सङ्कलन हुन्छ । पुनः पकाउने गाढा बनाउने, नडढाउने, गाढा लेदोलाई सुकाएर वा जमाएर थिग्रो अर्थात् सार खिच्ने प्रक्रियालाई घनसत्त्वसार भनिन्छ । अचेल उन्नत महङ्गा मेसिनबाट बृहत् परिणाममा उत्पादन हुन्छ र बजारमा बिक्छ । **मात्रा** : १-५ ग्राम २-५ पटक ।

### ८) कत्थाचिस्यान प्रविधि, खयरसार, कत्था, कट्ठा, (Katha Water Extract, Biscuit Gum)

**चिनारी** : धोई, पखाली जडीबुटी एकभागलाई आठभाग पानी राखी ७२ घण्टा भिजाएर पकाइन्छ । खयरका मसिना टुक्रालाई पानीमा १२ घण्टा पकाउने, पानी थप्दै ३-५ पटक पाक गर्ने, अब पानीसहितको तत्त्व पातलो क्वाथ सङ्कलन हुन्छ । पुनः पकाउने गाढा बनाउने, गाढा लेदोलाई जमाएर टुक्र्याएर ६० दिन चिस्याउने प्रक्रिया हो । अचेल उन्नत मेसिनबाट बृहत् परिणाममा उत्पादन हुन्छ र बजारमा बिक्छ । काँचै वा केही दिन हावामा वा घाममा सुकाएर पकाई घनसत्त्वसार खिचिन्छ र धूलो अवस्थामा निकालिन्छ । **मात्रा** : १-५ ग्राम, २-५ पटक ।

### ९) सुक्खा वाष्पीकरण प्रविधि (Dry Steam Distillation)

**चिनारी** : यो सबैभन्दा सुधारिएको प्रक्रिया हो । यसमा पानी तताउने भाँडो (Boiler) मा बाफ बनाइन्छ र नल्कीको माध्यमद्वारा प्वालबाट माथि सुक्खा जडीबुटीद्रव्य भरिएको भाँडो (vessel) मा पठाइन्छ । यस भाँडाको तल ससाना छिद्र रहन्छ । (Grid) घुमाउरो पाइपबाट बाफ माथि गएर पकाउँछ । १-२ घण्टा पकाएपछि पाइपबाट अर्को भाँडाको (condensor) चिसो पानीको घुमाइमा बाफ पर्छ र पसिनामा परिणत भई अर्को सानो भाँडामा (Separator) झर्छ । तापक्रम मिलाएर उचित अग्नि व्यवस्थापन गर्नुपर्छ ।

### १०) कल्क बनाउने विधि (Hot Paste, Kalka)

**चिनारी** : स्थानीय आफ्नै वरिपरिका हरिया ताजा जडीबुटीद्रव्यलाई एकभाग वा पञ्चाङ्गलाई सिलौटामा पिसेर चटनीझैँ बनाइन्छ र तत्काल खानुपर्छ भने यसलाई कल्क भनिन्छ । **मात्रा** : १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ११) भस्म बनाउने तरिका (Vasma, Nano Medicines)

**चिनारी :** शुद्ध जडीबुटीहरूलाई एकपटकमा नै पोलेर डढाएको सेतो खरानी बनाइने प्रचलन छ । यस्तो विभूत औषधीय कार्यमा राम्रो काम गर्छ । धातु, ढुङ्गा आदि पत्थरको भस्म बनाउँदा माटाको भाँडाभित्र औषधि राखेर एकपटक, दशौंबार, शतपुटी, सहस्रपाक गरेर भस्मामृत बनाइन्छ । विभिन्न जडीबुटीको रसयोग जोडेर धेरै परिश्रम र खर्च उठाएर अनेकौं परीक्षाको लगानीमा भयङ्कर तपस्या गर्नुपर्ने हुन्छ । महँगा धातु बहुमूल्य रत्नादिको भस्मले हजारौं रोगलाई तत्काल शान्त पार्दछ । धनाढ्य रोगीहरूलाई अनमोलधातु, अमूल्य पारदरस, हीरा, सुन भस्मादिको प्रयोगले अनेक महारोगहरूलाई छिटो सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** काष्ठमयभस्म चौथाइ-तीन ग्राम र धातुजन्य तथा ढुङ्गाभस्म चौथाइ-तीन रत्ती ३-५ पटक । विषादि र अति सूक्ष्मजन्य रसभस्म १०१-१००८ वाँ भागमा खानुपर्छ ।

### १२) कोदो जडीबुटी रक्सी-अर्क खिचेर रक्सी पार्ने विधि अथवा पसिना निकाल्ने (Millet Alcohol)

**चिनारी :** आजको सभ्यसमाजमा अर्कको प्रयोग ज्यादै नै बढिरहेको छ । मदकारक र वेदनानाशक सर्वोत्तम जडीबुटीहरूलाई कोदाको भातमा मिश्रण गरी सुकाएर १-३ हप्ता सडाएर पकाई अर्क खिच्नुपर्छ । घोलद्रव्यांशलाई पकाएर माथि चिस्याई बीचमा सानो/नानी भाँडामा अथवा प्वाल पारी बाहिर सङ्कलन गरी सुरक्षित वाष्प पसिना खिचिन्छ । ताजा वा सुकेको जडीबुटी द्रव्यांशमा तामा वा ढलौटको भाँडामा चार-आठगुणा पानी राखी मन्दआँच दिएर माथिल्लो भाँडाको चिसो पानी फेर्दै १०-१५ पाने निकाल्नुपर्छ । आ-आफ्ना गुण-धर्मशक्ति लिएर अर्कस्वरूपमा परिवर्तन हुन्छन् । ताजामा अत्तर तेल निस्कन्छ भने सुकेपछि अर्क (रक्सी) राम्रो बन्छ । यो एकपाने महँगो पर्छ, चिकित्सामा अति कामकारी र धेरै रोगमा बहुपयोगी हुन्छ । **मात्रा :** २०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १३) सुगन्धदायक जडीबुटीबाट अत्तर निकाल्ने तरिका (Essential Oil, Scented Oil)

**चिनारी :** सुगन्धदायक वा बास्नादार वनस्पतिहरूलाई २-५ दिन वा ३०-१०० घण्टा हावामा सुकाएर शीत, चिसोपन र केही पानीको मात्रा सुकेपछि अत्तर निकाल्ने भाँडो (Distillation Vessel) मा औषधिद्रव्य खाँदेर भरी बिर्को कसिन्छ । ठूलोभाँडो ५००-१००० कि.ग्रामको भए आगोमा पानी अर्कैमा पकाएर बाफ १-५ भाँडामा पठाउन मिल्छ । सानाभाँडामा पानी जालीसम्म भरिन्छ । यो पानीले माथि पकाइने चीजलाई नछोइयोस् । १-२ घण्टा तेज अग्निमा पकाउँदैमा दोस्रो डिब्बामा [Condenser] पाकेको बाफ जान्छ । चिसो पानीको नल्की आइरहने र तातोपानीको नल्की बाहिर गइरहने भइरहन्छ र फेदको नल्कीबाट तेस्रो डिब्बामा अर्क धेरै र थोरै मात्रामा सुगन्धदायक अत्तर सँगसँगै वा अत्तर माथि र पसिना तलबाट झर्न आरम्भ हुन्छ । पातहरूलाई २-५ घण्टा पकाउँदा हुन्छ भने जटामसी, सुगन्धवाल र कडा काष्ठभागलाई १०-२० घण्टा पकाउनुपर्छ । जलमापकयन्त्रमा पानी सकिएपछि थप्नु भने पर्छ । अग्निमापकयन्त्रमा सूई ११०° से. भन्दा माथि नजाओस् र तापमान नघटोस् । चिसोपानीको फोहोरा वेग राम्रो भएमा र दोस्रो डिब्बा कत्ति पनि नतातियोस् यस्तो भएमा तेस्रो भाँडामा झरेको सङ्कलन अत्तर र अर्क छान्नुपर्छ । ऋतुअनुसार वयस्क वनस्पतिको उत्पादन धेरै लिने युक्ति निकाल्नुपर्छ । आजका धेरै मानिसले अर्क फाल्दछन् र नाफा-नोक्सान जोड्दछन् । अन्तिममा काम नगर्ने टुङ्गोमा पुग्छन्, मेसिन थोत्रिन्छ र हेर्ने मानिस नै अअत्तर नकारात्मक र गन्हाउने हुन्छ किन्तु सुगन्धदायक अत्तर १-२ थोपा सङ्कलन गरिरहने हो भने धेरै वर्षमा अर्बौंपति अत्तर बेचेर धनी भइन्छ । तैलीयसत्त्व तथा बास्नादार तत्त्व सङ्कलन भई अत्तर बन्दछ । आजको विकसित युगमा साना-ठूला मेसिन राखी महङ्गा अत्तर उत्पादन गरी विश्वभर पुर्‍याएर अर्थतन्त्रलाई उकास्न सहायता मिल्छ । अत्तरको मिसावट खाद्यपदार्थदेखि औषधिसम्म र जीवनलाई आनन्दमय पार्न हरतरहले प्रयोग गर्नेहरूको माग बढ्दो

छ। अबौं रुपैयाँ आर्जन गर्ने अनन्त माध्यम अत्तर व्यवसाय एकदम फस्टाउँदो छ। आजको यो संसार सुगन्ध र अत्तर-बास्नामय छ। **मात्रा :** १-१० थोपा ३-५ पटक।

### १४) क्षार निर्माण विधि, छर (Salty Satto–Medicines, Salt Extraction)

**चिनारी :** नेपाली-गोर्खाली लोकप्रिय उखान क्षारष्ट गरिस/पारिस भन्नुको तात्पर्य स्वास्थ्य बिगारिस हो। मात्रा बढी र अधिक दिन अथवा सदा खानुहुँदैन। यसले रासायनिक असर-कुप्रभाव पार्न सक्छ। अल्पमात्रा र थोरै केही दिन शीतवीर्य औषधिका साथ खानुपर्छ किन्तु अमिलो वर्जित छ। तुरुन्तै अम्लपदार्थ खाएमा उल्टो असर गराउँछ र बिस्तारै मेद-मज्जा घटाउँदै शरीरको जीवनीयतत्त्व उडाइदिन सक्छ। डढाएर पोलपाल पारी अग्नि थप दिएर सेतो भस्म पारिकन विभूत-खरानीलाई आठगुणा पानीमा भिजाउनुपर्छ। २-३ दिन समय-समयमा चलाउँदै गर्ने र १२ घण्टा स्थिर रहन दिई पानीमात्र छान्ने, पिँधको धमिलो खरानी पनि कत्तिपनि नआओस्, केवल सङ्लो पानीलाई पकाएर सुकाउने, भाँडाको पिँधमा सेतो पदार्थ क्षार हन्छ। विष/उपविषको क्षारमा कडा रासायनिकतत्त्व हुन्छ भने अन्यमा पनि प्रभावशाली रसायन पाइन्छ। क्षार भनेको लवणतत्त्व नै हो र धेरै कडा औषधि बन्छ। प्राचीन ऋषिमुनिले क्षारबाट नै शल्यक्रिया गराउँथे। कुनै अङ्गलाई काट्न/छेड्न पर्दैनथ्यो। कस्ता जान्ने वैज्ञानिक ? अष्टक्षारको पिष्टि वा सूई (इन्जेक्सन) दिन मिल्थ्यो। **जस्तै :** यवक्षार, बासकक्षार, पीपलक्षार, अपामार्गक्षार, अमिलीक्षार, कुचिलाक्षार, टटेलोक्षार, आँकक्षार, गाँजाक्षार, सूर्तीक्षार, धतुरोक्षार, एरण्डक्षार इत्यादि। सबै जडीबुटीमा धेर-थोर क्षार निक्लन्छ। **मात्रा :** क्षार १-५ रत्ती १-२ पटक १-२ मात्राले चमत्कार गराउँछ।

### १५) शुष्क जडीबुटी कल्कविधि (Dry Hot Paste)

**चिनारी :** सुकेको द्रव्यलाई भिजाएर पानीको सहयोगमा सिलौटा वा ग्रान्डरमा पिसेर चटनीझैं बनाइन्छ भने शुष्ककल्क भनिन्छ। **मात्रा :** ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १६) काञ्जी-पातलो जाँड बनाउने विधि (Thin Wine)

**चिनारी :** जडीबुटीबीज वा चामललाई पकाएर चारगुणा मूला, सोह्रगुणा पानी राखी माटोको घडामा मुखबन्द गरी सातदिनपछि सन्धान पुरा हुँदा अमिलो स्वाद आएपछि निकालिन्छ भने यसलाई काञ्जी भनिन्छ। **मात्रा :** ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १७) जाँड वा सन्धान-कुहाउने के हो ? (Fermentative Preparation) Old Wine

**चिनारी :** यो अरिष्ट/आसव बनाउने तरिकालाई सन्धान भनिन्छ। यो सडाएर तयार पारिन्छ। बीजान्न कुहाएर २-३ हप्ता काठ/माटो/स्टेनलेसस्टिल वर्तनमा २-३ हप्ता मुख्यद्रव्य खस्रो चूर्णसहित गुलियोपदार्थको घोलमा मुखबन्द पारी राखिन्छ र छानेर रस निकालिन्छ भने यसैलाई सन्धान गरिएको मानिन्छ। **मात्रा :** ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १८) हिम वा शीतरस बनाउने विधि (Cold Infusion)

**चिनारी :** एक भाग प्रमुख द्रव्यलाई कुटीपिसी माटोको घडा/पात्रमा चारभाग तातोपानी राखी रातभर शीतमा/खुला आकाशमा रहन दिएर बिहान हातले मिचेर छानी रस बनाइन्छ भने हिम वा शीत भनिन्छ। **मात्रा :** ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १९) वटी बनाउने विधि (Tablet/Capsule)

**चिनारी :** आवश्यक वनस्पतिका एकभाग वा पञ्चाङ्गलाई पकाई लेदो/खोटो बनाई वटी पारिन्छ। फलामेभाँडा कराईमा पकाएर केही पनि नमिसाई यस्तो गोलो गोली बनाउने प्राचीनविधिलाई खाँटी वटी

भनिन्छ। द्रव्य हेरी धातु-उपधातुका वर्तन प्रयोग गर्नुपर्छ। रोगअनुसार हजारौं तरिकाबाट वटी बन्छ। लेदोमा उसकै अति मिहिनधूलो राखी ढिँडोझैं ओडाली वटी बन्छ। चिप्लो वनस्पति लेदो वा चोपबाट वटी बटार्न सकिन्छ। शक्खर वा मह वा तेल वा घीउको संसर्गले कहिलेकसो बनाउनुपर्ने हुनसक्छ। खानयोग्य औषधीय धूलोलाई जडीबुटी वा अन्न पकाएको लेदो सुकाई खोल बनाई भित्र भरी मुखबन्द गरिन्छ जसलाई क्याप्सुल भनिन्छ। **मात्रा** : वटी वा क्याप्सुल १-३ वटा ३-५ पटक।

### २०) रस बनाउने विधि (Ras–Mixed Water)

**चिनारी** : ताजा हरियो वनस्पति कुनै एक भाग वा पञ्चाङ्ग अथवा सुकेको द्रव्यलाई पानी राख्दै कुटपिस गरी छानिएको झोललाई रस भनिन्छ। सुक्खामा धेरैबेर भिजाएर र हरियोलाई थोरै जलांश राख्दै खल, ओखल, सिलौटो वा रस निकाल्ने कुनै मेशीनद्वारा पिसेर-पेलेर छानिएको रस आफ्नो स्वाद-गुण-धर्मशक्तिले सुसम्पन्न हुनुपर्छ। **मात्रा** : ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २१) क्वाथ बनाउने विधि (Kwath/ Decoction)

**चिनारी** : एकल वा मिश्रितद्रव्यमा आठगुणा पानी राखी पकाउँदा चारभाग पानीशेष रहेकालाई छानी बचेको पातलो रसलाई क्वाथ भनिन्छ। मृदुद्रव्यका लागि चारगुणा, मझौलाद्रव्यको हकमा आठगुणा र कठीनद्रव्यका लागि सोह्रगुणा जल राखी पकाउनुपर्छ। यो १-३ हप्ता उपयोग गरिन्छ। आफ्नो स्वाद, गुण-धर्मशक्ति लिएर क्वाथ बन्नुपर्छ। **मात्रा** : ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २२) वारितरसिद्ध प्रक्रिया-तैयाउनी के हो ? (Nano Part Bhasma With Water, Waritar)

**चिनारी** : शास्त्रीय प्रक्रियाले बनाएको धातु-उपधातुहरूका भस्म जबजब जलमा तैरिन्छन् माथिमाथि बस्छन्। पानीमय जालो (तर) लाग्छ भने यसैलाई वारितर भनिन्छ। यो प्रक्रिया १००-१००० पटक गरिन्छ। पानीमा तैरिएकालाई अर्को भाँडोमा बगाएर पानी हटाई-सुकाई असल धूलो भस्म तब वारितर सिद्ध मानिन्छ।

### २३) भावनाविधि वा भिजाउनी के हो ? (Ras Vawona)

**चिनारी** : सुकेको मुख्यद्रव्यमा स्वरस/रस/काँढापानी/क्वाथ/अर्क राखी दिनमा घोट्ने-धूप/घाममा सुकाउने र रातमा ओसमा राखी धूलो पारी सुकाउने पुनः पुनः सातपटक गरिन्छ भने यसलाई भावना भनिन्छ। यसमा प्रमुखद्रव्यको बराबरभाग पातलोपदार्थ राख्दा जब दोब्बर वजन हुन्छ तब पूर्ण भावना भएको मानिन्छ।

### २४) अभिषेक के हो ? छिटा (Water Nano Part)

**चिनारी** : मुख्यद्रव्यांश धूलोमा स्वरस छर्कने-सुकाउने हप्तादिन गरेपछि रसको स्वाद प्राप्त जब हुन्छ तब अभिषेक भएको मानिन्छ। अग्निमा गलिरहेको धातुलाई रस छर्कने प्रक्रियालाई पनि अभिषेक भनिन्छ। धातु-उपधातुहरूलाई तपाएर-गलाएर औषधिरसमा बुझाउने क्रियालाई पनि अभिषेक भन्ने गरिन्छ।

### २५) स्वरस निकाल्ने विधि (Expressed Juice)

**चिनारी** : यो वानस्पतिकद्रव्यको आफ्नै स्वरस हो। तुरुन्तै ल्याएर सफा गरी धोएर ओभाएकालाई हातले निचोरेर वा कुटीपिसी छानेर पञ्चाङ्ग वा कुनै एकभागको रस निकाली उपयोग गरिन्छ भने आयुर्वेदमा यसलाई स्वरस भनिन्छ। यसमा पात धेरै प्रयोग गरिन्छ। **मात्रा** : १०-५० मि.लि. ३-५ पटक।

### २६) रक्सी-सुरा के हो ? मदिरा कसरी निर्माण गर्ने ? (How to Make Alcohol)

पाकविद्यामा ऋषिमुनिका आदेश अनुसार लाग्नेभन्दा तागत दिने बनाउनुपर्छ। जडीबुटी जरा-बीज र गहुँ, जौ, चामल आदि अनाज वा फलफूलहरूलाई पकाएर सेलाएपछि मर्चा हाली १-३ हप्ता गुम्स्याएर सन्धानोपरान्त छानिएको रसलाई स्रावणयन्त्रमा राखेर अग्निमा पकाइन्छ। चुहिएको वा सङ्कलन भएको

पसिनालाई रक्सी अथवा सुरा भनिन्छ। यो छिटो बनाई धेरै समय पकाएमा सस्तो पर्छ। यो धेरै वर्ष लगाएर बनाएको जाँडलाई छोटो समयमै तत्काल निकालेको रक्सी-मदिराको मूल्य प्रति लिटर लाखौं पर्छ। **मात्रा** : १०-५० मि.लि. ३-५ पटक।

### २७) क्षीरपाक विधि (औषधिदूध पकाउने तरिका) (Boiling Milk)

**चिनारी** : जुनसुकै द्रव्यको खीर बनाउँदा एक भागद्रव्यमा आठभाग जल र पन्ध्रभाग शुद्ध दूधसमान भाग राखी विशुद्ध स्टिलको भाँडामा मिलाएर आगोमा मन्दाग्निद्वारा पकाउने जब दूधमात्र शेष रहन्छ तब अग्निबाट उतारी छानिएको पदार्थलाई क्षीरपाकविधि भनिन्छ।

### २८) गुन्द्रुकफिंज (जाँड) बनाउने विधि (Gundruk Wine)

**चिनारी** : मूला, रायो, तोरी, चिन्ने, कोइरालो र खोलेसाग अथवा कुनै शाक टिप्ने-केलाउने र पखाल्ने अनि सुकाएर ढीकी वा मुङ्ग्रोले कुटेर कुनै एक भाँडो वा माटोको घडामा हालेर खाँदी ३-७ दिनमा तातो घाममा र रातमा अँगेनामा राखेर छोपछाप पारी दुना वा टपरीले छोपी ढुङ्गाले च्यापी गिचिच्च फिँज निक्लन्छ। यो हरितरसलाई गुन्द्रुकआसव भनिन्छ। सागको स्वरस नफाली खाँद्नुपर्छ। जब जब उम्लेर आउला तब तब सङ्कलन वा पिउनुपर्छ। यो सस्तो आसव बन्छ। **मात्रा** : १०-३० मि.लि. २-३ पटक।

### २९) धेरै पुरानो आसव (जाँड) बनाउने विधि (Traditional Old Wine)

**चिनारी** : बास्नादार वा पोषकजडीबुटी जरा-बीज एकल अथवा पञ्चाङ्ग मिसाई पकाएर एक माटाको घडामा खुदो, सक्खर, भेली, गुलियो पदार्थ वा मह घोललाई तताउने र सेलाएपछि मदकारकमर्चा हालेर सुगन्धदायक जडीबुटीहरूका यवकुट चूर्ण इत्यादिका पुष्प मिलाएर राखेको भाँडोमा मर्चाघोल राखी मुखबन्द पारी १-३ वर्ष अँध्यारो ठाउँमा न तातो न ठन्डा ठाउँमा सन्धानपछि छानेर मद्यपान गरिन्छ भने यसलाई चर्को आसव भनिन्छ। यो जाँड सस्तो र धेरै छिटो बन्छ। महङ्गो जाँडका लागि धेरैवर्ष लगाएर बनाउनुपर्छ। **मात्रा** : २०-५० मि.लि. २-३ पटक।

### ३०) आसव (जाँड) बनाउने विधि (Aasav Wine)

**चिनारी** : कुनै अन्न वा फलफूल वा पोषकजडीबुटी एकल जरा-बीज अथवा मिसाई पकाएर एक माटोको घडामा खुदो, सक्खर, भेली, गुलियो पदार्थ वा मह घोललाई तताउनेर सेलाएपछि मर्चा हालेर सुगन्धदायक जडीबुटीहरूका यवकुट चूर्ण नपकाईकन (जौसमान खस्रेटो) र धायरी, बबुल, किङ्कर, सिमल, रातो गुलाब वा गुराँस, सहदेबी इत्यादिका पुष्प मिलाएर राखेको भाँडामा मर्चाघोल राखी मुखबन्द पारी १-३ हप्ता अँध्यारो ठाउँमा न तातो न ठन्डा ठाउँमा सन्धानपछि छानेर मद्यपान राखिन्छ भने यसलाई आसव भनिन्छ। यो जाँड सस्तो र धेरै छिटो बन्छ। महङ्गो जाँडका लागि धेरैवर्ष लगाएर बनाउनुपर्छ। **मात्रा** : २०-५० मि.लि. २-३ पटक।

### ३१) अरिष्ट बनाउने विधि (Thin Wine, Arista)

**चिनारी** : जुनकुनै आवश्यक जडीबुटी-काष्ठौषधिहरूको पञ्चाङ्ग यवकुट गरी तातोपानी हाली पकाएको क्वाथ माटोको नयाँ घडामा गुड, मधु, चिनी, भेली, शक्खर, खुदो वा गुलियो पदार्थको घोल सेलाएपछि मर्चा हाली फिँज आउँदै गर्दा कटुरस सुगन्धदायक द्रव्यपान, वनपान, अदुवा, मरिच, पिपला, चाबो, तुलसी इत्यादि जडीबुटी घोल राखी भाँडोका मुखबन्द गरी १-३ हप्ता अँध्यारो स्थानमा राखी सन्धानोपरान्त छानेर पिइन्छ भने यसलाई अरिष्ट भनिन्छ। **मात्रा** : ३०-१०० मि.लि. ३-५ पटक।

### ३२) अवलेह निर्माण विधि, औंले (Avaleha or Leha)

**चिनारी** : स्वरस, रस, काँढापानी, क्वाथ, हिम इत्यादि द्रव्यलाई माटाको घडा अथवा विशुद्ध स्टिलको भाँडामा राखी मन्दाग्निमा पकाएर औंलामा लाग्ने गाढा पारिन्छ भने यसलाई लेह वा अवलेह भनिन्छ। अवलेह परीक्षण कसरी गर्ने ? यो लेदो पानीमा राख्दा डुब्छ, खाली भाँडोमा हाल्दा फैलिन्न, पन्यू-डाडुले पस्कँदा तारझैं हुन्छ, औंलाले समात्दा दाग लाग्छ, जो चीजको अवलेह बनाएको हो उसैको बास्ना आउँछ, रङ रक्ताभ, रसक्रियाको स्वाद विशेषद्रव्यको आफ्नै आउनुपर्छ तब यो अमृत अवलेह मानिन्छ। **मात्रा** : चौथाइ-एक चम्चा ३-५ पटक।

### ३३) सोमरस, सोमेश्वररस (Somras Drop Medicines)

**चिनारी** : हाम्रै हिमालय भूमि हो जहाँ लाखौं औषधिका मिश्रण भई अमृत सोमरस बनिन्थ्यो। आज यहीं ५-७ मिसाउन मुस्किल र २-३ पार्न गाह्रो-साह्रो, एकल-एउटामात्र जुटाउन कत्रो बवाल। स्वर्णलता, सुनाखरी, सोमलता, सोमबुटी, सोमेश्वर, च्यवनकन्द, शिवानी इत्यादिलाई धेरैवर्ष लगाएर बनाइन्छ। **मात्रा** : ५-१० थोपा ३-५ पटक।

### ३४) महारस, आदिनाथरस (Maharas Drop Medicines)

**चिनारी** : हिमालय भूमिका हजारौं औषधिको मिश्रण भई अमृत महारस बन्छ। यसमा छरस-उपरस तथा सुगन्धदायकवर्गका फल, फूल र जरा इत्यादिलाई १०-२० वर्ष लगाएर अति महङ्गो महारस बनाइन्छ। **मात्रा** : २-५ थोपा ३-५ पटक।

### ३५) सूचीवेध प्रक्रिया (सुईप्रविधि) (Injections–Drop Medicines)

**चिनारी** : जहाँ दुखाइ त्यस अङ्गमा दबाइ गर्ने प्राचीनतम् पद्धति प्रचलनमा थियो। यो पछि सूचिवेधप्रविधि विकास भयो। सुईप्रविधिले रोगको प्रकोप अत्यन्तै गुणकारी तत्काल कामकारी सिद्ध हुन्छ। तैल, घिउ, दूध, रस, स्वरस, क्वाथ, काँढापानी, अर्क, अत्तर इत्यादि नसाबाट रक्तमार्ग हुँदै सम्बन्धीत स्थानमा पुग्छ। जब रोगीले अति तिक्त-कषाय औषधि खान नसक्ने, मुखद्वारा निल्न गाह्रो भए, मुखबाट खाएकाले काम नगरे, अतिशीघ्र आराम चाहिएमा सुईको प्रयोग गर्नुपर्छ। आजकाल अति उन्नत प्रविधि अङ्गविशेषलाई सिधै सुई दिने प्रचलनले अन्यअङ्गलाई कष्ट पर्दैन। **मात्रा** : २-१० मि.लि. २-५ पटक। **ध्यानाकर्षण** : स्नायुप्रणालीबाट दिइने सुई तरलपदार्थहरू बाष्पीकरण गरिएको र पूर्णशोधन भएको हुनुपर्छ।

### ३६) अति महत्त्वपूर्ण किन्तु महङ्गो, दुर्लभ र लोपोन्मुखद्रव्यको प्रयोग (Most Important, Rare and Endangered Plants)

**चिनारी** : औकातले भेट्दैन, धन प्रशस्त चाहिन्छ, समय धेरै लाग्छ, सङ्कलनमा श्रम तथा खर्च बढ्छ, दुर्लभ र लोपोन्मुख मासिन्छ, सबैलाई पुग्दैन, नयाँ पिँढीले दर्शन गर्न पाउन्नन्, अति विशेषले अनुसन्धान गर्ने र उपयोगमा ल्याउने धेरै गोप्यताको विषयभित्र पर्छ। यो धनाढ्यहरूबाट मात्र सम्भव हुन्छ। वैज्ञानिक किनेर खोजमा लगाएर अनुसन्धानमा बन्धक बनाई गरिन्छ। केही पुँजीपतिले कसैले मात्र उपयोग गर्छन्। केहीलाई भाग्यवश मिल्छ भने अनुसन्धानकलाई पुरुषार्थद्वारा जुट्छ।

### ३७. प्राणवायुसार, $CO_2$ Extraction

**चिनारी** : यो एक नयाँ प्रविधि हो। बोट-बिरुवामा खाँदिएको $CO_2$ बाट रासायनिकपदार्थ (Phytochemical) निकालिन्छ। यो पद्धतिबाट सारतत्त्व (Extracts) निक्लन्छ। यो अत्तरसहितको कम खर्चिलो र उत्पादन धेरै निक्लने र सरलविधि भनिन्छ।

### ३८) सूर्य तापबाट पाकविधि (Herbal Distilation By Ultraviolet Technology)

यो रक्सी पकाउनेमा धेरै प्रयोग हुन्छ । यसमा रक्सी (Ethanol) वनस्पतिद्रव्यमा राखी सूर्याग्निबाट तताइन्छ ।

### ३९) सेकाउने-सुकाउने प्राचीन प्रविधि (Orthodox Ancient Technique)

**चिनारी :** तातो भर्सेलीमा वा भारमा अथवा फिलिङ्गा राखी माथि पारी १/१ दिन बिराएर सुकाइन्छ। जहाँ जस्तो सम्भव हुन्छ त्यसअनुसार सुक्खा पार्नुपर्छ। दाउराको तातो र गाई गोबरले लिपेको भुइँको हावामा वनस्पतिद्रव्य-जडीबुटीहरूलाई लामो समयसम्म राख्न सकियोस् छिटो नबिग्रियोस् भन्ने उद्देश्य प्रमुख हो। मान्द्रामा हप्तादिन पछाडि १-३ घाममा राख्न सकिन्छ। बिस्कुन सुकेपछि गाँजा, सिस्नु, भोर्लो, पाट, ऊनी वा सुतीको थैलामा भरी काठमाथि राख्नुपर्छ।

### ४०) स्वाङ्गशीतल के हो ? (Naturally Going to Coldness)

**चिनारी :** पकाएर आफैं शीतल हुने, केही समयपछि स्वयम् ठन्डा पर्ने अवस्थालाई स्वाङ्गशीतल भनिन्छ। शास्त्रीय चलनअनुसार स्वांगशीतल भनेको स्वतः सेलाउने प्रक्रिया हो। पाकसमय जति ठन्डा हुन लाग्छ। यो गुणकारी रहन्छ।

### ४१) द्रावकपञ्चक/मित्रपञ्चक के के ?

धातुहरू गलाउन सदा प्रयोग हुने र भस्महरूलाई पुनर्जीवित गर्नेमा उपयोगमा आउने आयुर्वेदका प्रसिद्ध द्रव्य सुहागा, घीउ, गुड, गुन्जा-रत्ती र मह छन्।

### ४२) क्रिया-अवलेह परीक्षा विधि :

पानीमा राख्दा डुब्छ, खालीभाँडोमा राख्दा फैलिँदैन-आयतन बढ्दैन, औंलाले छुंदा निशाना पर्छ वा लाग्छ, सुगन्ध आउँछ, द्रव्य रसको स्वाद आउनुपर्छ, डाडु वा पन्योले चलाउदा तार समान लस्सा डोरिएर माथि उठ्नुपर्छ, हेर्दा कालो रङ्को देखिन्छ किन्तु रक्तवर्णको हुन्छ। जसलाई रसक्रिया वा अवलेहको जाँचकी सर्वोत्तम परीक्षा भनिन्छ। यस्तो अवलेह धेरै वर्ष टिक्छ। मात्रा ३-१० ग्राम २-३ पटक।

### ४३) उष्णोदक जल पाक विधि :

माटोको वा स्टेनलेस स्टिलको भाँडोमा सफा -शुद्ध पानी राखेर उमाल्नु पर्छ। पकाउँदा जव आधा वा चतुर्थांश वा अष्टमांश रहन्छ तब निकालेर तातोपानी पिउने वा रोगीलाई पिलाउने प्रचलनलाई उष्णोदक जल भनिन्छ।

### ४४) कवलग्रह तरिका के हो ?

मुखभित्र गरम उष्णोदक रसपदार्थ भरेर मुखमा खेलाउने-चलाउने-घुमाउने पद्धतिलाई कवलग्रह भनिन्छ।

### ४५) प्रक्षेप वा आवाप विधि :

सुकेको द्रव्यलाई पानीको सहायताले पिसेर डल्ला वा लुगदी बनाइन्छ र हाँडीमा तताएर निचोरिएको रसलाई शुष्कद्रव्यकल्प भनिन्छ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम २-३ पटक।

### ४६) काञ्जी, काँञ्जी वा भाते जाँड निर्माण विधि :

चामललाई ४ गुणा जलमा राखि माटोको भाडोमा पकाउने जब पाक्छ चारगुणा मुलाका टुक्रा राख्ने १६ गुणा जललाई उमालीकन घैटोमा घोल्ने ३-१० दिन सन्धान प्रक्रियामा राखि छानेर तयार गरिएको भाते जाँडलाई काँञ्जी भनिन्छ। **मात्रा** : आवश्यकता अनुसार १-१ गिलास।

### ४७) सर्वोत्तम क्षार निर्माण विधि (Nano Ayurvedic Medicines)

अधिकतम क्षार तत्त्व धेरै हुने दुधालु वा विष-उपविष वर्गको वनस्पतिहरूका सर्वाङ्गलाई पोतपात पारेको खाल्टोमा हाली आगो लगाएर ७२ घण्टामा स्वाङशीतल भएपछि सेतो खरानी निकाली ८ गुणा जलमा घोली छोपेर छोडनु पर्छ। ३/३ घण्टामा पाँच पटक चलाउदै गर्नेपर्छ १२ स्थिर रहेको पानीलाई मात्र बाहिर निकालेर अग्निमा पकाउनुपर्छ। जब जब पानी सुकेर सार तत्त्व नुन बन्छ त्यसलाई नै सर्वोत्तम क्षार भनिन्छ। यसलाई सुरक्षित राखी रोग-महारोगमा उपयोग गरिन्छ। **मात्रा** : ३०-१०० मि.ग्रा.।

### ४८) क्षार सूत्रक्रिया-कर्म विधि :

शुद्ध बेसार महिन धूलो वा चुत्रो/जमानीमान्द्रोको भन्सारमा हरेक जातको सिउँडीको दूध ११ भावना दिएर कसिलो धागोलाई भिजाएर क्षारणकर्म युक्त बनाइन्छ। लौह-फलामका सामानहरूलाई चोप्नुपर्छ। स्नुहीक्षारमा स्नुही दूध कपासमा राखी लगाइदिनु पर्छ। तातो फलामे डण्डाले सेक्नुपर्छ। गुदाद्वारभित्र गुदद्वार वा बाहिर रहेका अर्शाङ्कुरको जरामा लेपन गर्ने पद्धतिलाई क्षारसूत्र कर्म भनिन्छ।

### ४९) शीतरस वा सीधु परिपक्व विधि :

उखुरस र अन्य गुलिया, मिठा द्रव्यहरूको मिश्रण गरी मुखबन्द पारी यथासमय र आवश्यकतानुसार नपकाई कन निर्मित मद्यलाई शीतरस अथवा सीधु भनिन्छ।

### ५०) सौवीरंमद्य निर्माण विधि :

जौ वा गहुँ वा करुको बोक्रा र टुँणा फाली धुल्याएर नपकाइकन आठ गुणा घैंटोमा छोपेर एकहप्ता राखी कुवाइन्छ भने सौवीरं मद्य भनिन्छ। **मात्रा** : आवश्यकता अनुसार।

### ५१) अनुपान विधि :

औषधि वा पोषण सेवन गर्दा रोग अनुसारको तरल-द्रवपदार्थ मिलाएर मिश्रण गरी खाने प्रचलनलाई अनुपान भनिन्छ। न तातो न चिसो वा मनमन तातो वा धेरै तातो अथवा शीतलजल, स्वरस, काँढापानी, रस, क्वाथ, अर्क, अत्तर, अवलेह, लेह, दूध, मोही, तक्र-तर, नौनी घिउ, मह, तेल, जाँड, रक्सी, गौमूत्र, काँञ्जी इत्यादि पदार्थ पान गर्नुपर्छ। भोज्य पदार्थ खानापिनासँग पनि मिसाएर पटक/पटक खानु आवश्यक छ। रोग अनुसार सही अनुपानको प्रयोग गरेर अतिशीघ्र स्वास्थ्य लाभ लिन सक्नुपर्छ। अनुपानको कारण नै औषधि गुणकारी बन्छ र छिटो फाइदा हुन्छ।

### ५२) अनुवासन वा स्नेहनवस्ति विधि :

पाचन प्रणालीलाई सुक्खाराम हुन नदिन चिप्लो चिल्लो बनाउँन स्नेहजनकवस्ति प्रतिदिन गर्नुपर्छ। यसो गर्ना ले पाचनशक्ति बढ्छ र दोषमुक्त भइन्छ।

### ५३) अयस्कृति विधि :

फलाम-लौह, तामा, सुन, चाँदी, वंग, नाग इत्यादि धातुका पातला र मसिना पत्र बनाई तीक्ष्णाग्निमा रातो बनाउँदै पोल्दै रोग अनुसारको क्वाथमा डुबाउँदै-बुझाउँदै-ढाल्दै पुन:पुन १००-१००० पटक गरिरहनु पर्छ तब मात्र धातु अतिभङगुर हुन्छ र फलामे ओखल इमामदस्ता वा खलमा कुटपिट गरी कपड्छान चूर्ण घिउ वा महमा लट्पट्याएर खाने प्रचलनलाई अयस्कृतिविधि भनिन्छ। मात्रा १००-२५० मि.ग्रा. १-२ पटक।

### ५४) आस्थापन निरुहवस्ति विधि :

आयु स्थिर गर्ने आस्थापन र शरीरको दोष निकाल्ने निरुहवस्ति भनिन्छ। दोष अनुसार रोगनाशक विभिन्न द्रव्य हरूको स्वरस/रस/क्वाथ/घिउ/मह/तेल/काँजी/गोमूत्र/लवणजल इत्यादि तरलत्व पदार्थ वस्तियन्त्रमा भरेर गुदाद्वारबाट आन्द्रामा पुऱ्याउने र दोषहरूलाई बाहिर निष्काशन गर्ने पद्धतिलाई आस्थतापन-निरुहवस्ति भनिन्छ। आयुस्थिर गर्ने र दोष निकाल्ने परम्परालाई तल्लोपेटको सफाइमा गणना गरिन्छ।

### ५५) उत्तरवस्ति विधि :

रोग अनुसार सिद्ध जडीबुटीद्रव्यहरूको स्वरस/रस/काँढापानी/अर्क/अत्तर/गोमूत्र/काँञ्जी/मधु/घिउ/रक्सि, जाड इत्यादि तरलघोल पदार्थलाई मूत्रद्वारबाट भित्र पठाएर उपचार गरिने पद्धतिलाई उत्तरवस्ति विधि भनिन्छ।

### ५६) उपनाह विधि :

उष्णद्रव्यहरूलाई पकाएर वा पिसेर अति मिहिन लेदोलाई तल र माथि कपडा राखी लेप लगाउने प्रचलन लाई उपनहा भनिन्छ।

**५७) दधिमस्तु के हो ? : दहीमा रहेको पानीलाई दधिमस्तु भनिन्छ।**

### ५८) गुग्गुल कल्प :

हर्रो, बर्रो, अमला (त्रिफला) र मरिच, अदुवा, पिप्ला (त्रिकटु) को दुई गुणा शुद्ध गुग्गुल मिलानगरी घिउ थोरै राख्दै कुट्दै जाँदा वातनाशक औषधिका चूर्ण मिश्रण गरी खुव कुट्ने जव जव मुलायम हुन्छ। तव तीनघण्टा छोपेर राखी अब वटी बनाउने पद्धतिलाई गुग्गुल कल्पवटी भनिन्छ। गगुगुल वटिमा रोगअनुसारको भस्म मिसाउँदा सर्वोत्तममा गनिन्छ। मात्र भस्मयुक्त गुग्गुल वटी १-३ वटा वा ३००-७०० मि.ग्रा. भस्म रहित ३-५ वटी वा ३-१० ग्रा. चूर्ण १-२ पटक।

### ५९) गुग्गुल पाक विधि :

गुगुललाई शुद्ध जलमा मिलाएर आगोमा पकाई जव पग्लेर पानीमा घोलिन्छ लेदो बन्छ तव वातनाशक आयुर्वेदिक वनस्पति द्रव्य चूर्ण राखी कुटपिट गरी मुलायम पारी वटी वा गोली वनाइने प्रचलनलाई गुग्गुलपाक वटी भनिन्छ। **मात्रा** : १-३ वटा र चूर्ण ३-१० ग्रा. २-३ पटक। यो वेदनानाशक, शोथहर, अर्वुदहर, वातव्याधिनाशक हुन्छ।

### ६०) धूमपान विधि :

रोग अनुसारको औषधीयद्रव्यलाई मिहिन पिसेर कल्क बनाई भरभराउँदो आगाको फिलिङ्गा हुक्काको चिलिम्ममा भरेर पातामा औषधी लेपन गरी हुक्का नल्कीद्धारा मुख र नाकले तानेर बाहिर धुवा उडाउने पद्धतिलाई धूमपान विधि भनिन्छ। **मात्रा** : १-३ पटक गर्ने अथवा आवश्यकता र रोग अनुसारको औषधीय मिहिन कल्क पिसेर सुतीकपडामा लेपन गरी सुकाएर एकछेउ बेरेर आगो सल्काई मुख वा नाकले तानेर धुवा लिने पद्धतिलाई धूमपानविधि भनिन्छ।

### ६१) सुक्खा जडीबुटी रस बनाउने विधि :

एकभाग आवश्यकतानुसारको औषीधीयद्रव्य र दुईभाग जल दिनरातभर राखी चलाएर कपड्छान गरिएको लाई स्वरस भनिन्छ।

### ६२) शतधौत घृत र सहस्रधौतघृत :

कासँको भाँडामा गाई घिउ दुई गुणा पानी हाली दुवै हातले मथेर निथारने पात्रको घिउमा शीतल जव मथ्दै जल फ्याँक्ने पुनःपुनः १००-१००० पटक घिउ पानीमा धुने प्रक्रियालाई शतधौत र सहस्रधौत घृत भनिन्छ।

### ६३) मसी निर्माण विधि :

कुनै पनि द्रव्यलाई जलाएर कालो कोईला बनाएर चूर्ण पारी शराबसम्पुटमा जलको साथ घैंटोमा १-३ हप्ता राखी निकालिएको कालो पानीलाई मसी भनिन्छ अथवा **जीवांशमसी** : जीवांश रौं, सिङ, छालालाई डढाएर शरावसम्पुटमा पुटपाक गरी निकाली केही दिन घैंटोमा जल घोली मुखवन्द गरी केही हप्ता राख्दा राम्रो लेखनीय मसी बन्छ।

### ६४) फाणित विधि :

वाक्लो खोले-फाँणो आवश्यकतानुसारका द्रव्यहरूको पकाएर महसमान बनाएको लेदोलाई फाणित (खोले-फाँणो) भनिन्छ।

### ६५) पातलो खोले वा फाँणो

रोग र आवश्यकतानुसार द्रव्यांशलाई जलमा पकाएर मसीसमान पानीलाई पातलो खोले फाँणो भनिन्छ।

### ६६) अपाक-सत्त्वसार निर्माण विधि :

आवश्यक आयुर्वेदिकद्रव्यहरूको टुक्रा वा चूर्णलाई जलमा भिजाउने-मसल्ने-चलाउने र स्थिर पानीलाई तरकाएर पिँधमा रहेको शेषांश सुकाई निकाल्ने प्रक्रियालाई सत्त्वसार निष्काशक विधि भनिन्छ।

### ६७) जौकुट चूर्ण खस्रो बनाउने विधि :

जडीबुटी औषधिद्रव्यलाई जौंको भुस-बोक्रा नकुटिएर जौकुट रहेझैं ओखल वा मेसिनमा कुटिएको-पिसिएको खस्रो पारी नछानीकन तयार पारिएकोलाई यवकुट चूर्ण भनिन्छ।

### ६८) अति सूक्ष्मचूर्ण निर्माणविधि :

धेरै सुकेको आवश्यक आयुर्वेदिक जडीबुटीद्रव्यलाई कुटीपिसी अति मसिनो जाली वा आठपत्र कपड्छान गरी अति मिहिन बनाउने प्रक्रियालाई सूक्ष्मातिसूक्ष्म लेपन चूर्ण भनिन्छ। यो धूलो शरीरमा टाँसिन्छ र आफैं लेपन लाग्छ। यसलाई आजकालका अत्याधुनिक मेशीनले अति मिहिन धूलो पार्छ।

### ६९) पञ्चकषाय रस निर्माण विधि :

अति टर्रो ५ द्रव्यलाई २४ घण्टा जलमा भिजाएर छानी पकाएको औषधिरसलाई पञ्चकषाय रस भनिन्छ।

### ७०) स्नेहनजनक औषधि निर्माणविधि :

वालघृत/घिउ/तेल/दुध/तक्र/मस्तु वसा इत्यादिमा, चिल्लो चिप्लो रसपदार्थमा स्वरस वा रस लेदो वा अवलेह, मिलाएर पकाउने विधिलाई स्नेहनजनक औषधि भनिन्छ। मूर्च्छित वा अर्ध मूर्च्छित घृत-तेलमा दूध थप्दै पकाउने रोग अनुसारको रसद्रव्यलाई राख्ने फेरि चिकित्सा अनुरुपको सुगन्धदायक र द्रव्य मिसाएर घिउ वा तेलको समानभाग जल राखी **पुनः** पकाउने जव पानी सुक्छ अवशेष तेल-घृतलाई यथोचित स्नेहपाक सिद्धिको लक्षण आएपछि अग्निबाट उतारी स्वाङशीतल गरी प्रयोगमा ल्याउनु पर्छ।

### ७१) काञ्जी सर्वोत्तम निर्माण विधि :

कन्दमूल ७, फलफूल ७, सुगन्धदायक द्रव्य ७, घुत वा तेल, उखु रस वा दूध राखी सन्धानद्वारा ३-१० दिन घैंटोको मुखबन्द गरी सर्वोत्तम रस बनाउने पद्धतिलाई असल काञ्जी भनिन्छ। **मात्रा** : १/१ गिलास १- ३ पटक।

### ७२) सुरुवा-शोरबा निर्माण विधि :

हाड-मासुको आठभाग जलराखी भाडोमा पकाई जब पाक्छ पानी ३ भाग रहन्छ। हाड गल्छ आगोबाट उतारेर तब हड्डी फ्याँक्ने मासुको टुक्रालाई पिस्ने अब घिउ वा तेलमा अदुवा, मरिच, पिप्ला, जिरा, खुर्सानी लसुन, प्याज इत्यादि सुगन्धदायक मरमसला राखी पुनः उमाल्ने अनि बेसार र नुन छर्ने। अब पाक सिद्ध सकियो भुइंमा उतार्ने। यसरी बनेको सर्वहारीले मांसरस पिउने प्रचलनलाई सुरुवा वा शोरबा भनिन्छ।

### ७३) वटी निर्माण विधि :

आयुर्वेदिक औषधिद्रव्यहरूको अति महिन धूलोलाई समान गुण-धर्म-कर्मका वा धूलो बनेको द्रव्यका काँढापानी क्वाथ, लेदो, कल्क, प्रयोग गरी चूर्णलाई भावना दिएर खुब माड्नुपर्छ। कुटाई र चुटाई धेरै गरी एकै डल्लो पारी गोली बनाउन योगय पार्नुपर्छ। अब गोली बटार्न पर्छ तब वटी बन्छ। अचेल मेसिनमा नै वटी बटारिने प्रचलन आयो। रोगअनुसारको सर्वोत्तम वटी बनाउँदा यदि घीउ वा तेल वा खुदो वा मह वा दूध वा चिल्लो वा चिप्लो वनस्पतिद्रव्यको सहायताले वटीको बाहिरीभागमा मात्र पर्ने गरी हस्तनिर्मित हुनुपर्छ। यो धेरै वर्ष टिकाउको हुन्छ। रसभस्म प्रयोगको प्रकरणमा यो विधि नै अपनाउन आवश्यक छ। मासको गेडाजत्रो वटी सर्वोत्तम मानिन्छ। पञ्चगव्य वा गौमूत्र वा काँञ्जी वा अर्क वा स्वजातीय लेदो-खोटोमा बनाउदा अतिशीघ्र कामकारी वटी कडा बन्द छ। क) हाम्रो चलन चल्तिमा चना वा केराउको दाना बरावरको गोली वनाउने प्रचलन धेरै छ। यो २५० मि.लि.ग्राम हुन्छ। ख) भस्मसत्त्व प्रकरणमा कोदोको गेडाजत्रो वटी बनाउनुपर्छ। ग) रस-रसायनमा र कडा औषधिमा रत्ती बरावर मात्राको वटी राम्रो मानिन्छ। घ) उदुम्बर फल-खस्रेटो वा खनायोको फलजत्रो गोली औषधि वा पोषण दुवैमा बनाउनुपर्छ। ङ) पिण्डजत्रो गोली पोषणजन्य सर्वोत्तम खान्कीमा बनाउनुपर्छ। च) मोदकवटी गोलाकार ठूलो गोली ३० वा ५० वा १०० ग्रामको लड्डुभैं बनाइने यो गोली पुष्टिकर खुवाइमा पर्छ। छ) आँखासमान वटी यो अण्डाकार बन्छ र आँखाको रोगमा खाने पोषणमा पर्छ। छ) नाक, कान, घाँटी, रोगमा प्रयोग गरिने वटी नाक जत्रो बन्छ छ र यो पोषणमा पर्छ। ज) योनि आकारको वटी यौनजन्य रोगमा प्रयोग गरिने खाद्यौषधिमा पर्छ। **मात्रा** : १ वटा २-३ पटक लिङ्ग आकारको वटी यो पुरुषजन्य रोगमा पुष्टिकरको रूपमा बनाएर खाने प्रचलन छ। **मात्रा** : १ वटा २-५ पटक।

### ७४) विडालक लेपन विधि :

नेत्र रक्षाहेतु लगाउने लेप हो। आँखाको अग्रभागको पलकमा रहने रौं छोडेर नेत्रमा लेपन गरिने गरिने विधिलाई विडालक लेपनविधि भनिन्छ।

### ७५) चर्मरोगहर मलहम-मलहर निर्माण विधि (Ointment) :

तेल वा घिउमा सालधुप वा सल्लो चोप मिलाएर मन्द अग्निमा पकाउने जब पग्लन्छ निकाल्ने। पारक तुयो तुतिया, गन्धक, रससिन्दुर, मुर्दाशंख, कपुर, सुहाग, सिन्दुर, फिटकिरी मैनशीलको धूलोलाई मिसाउने र खुब घोट्ने। कपड्छन गरी राख्ने यो लुतो, दाद, दुवी, कुष्ट, गिर्खा, छालाको अर्बुद, जनैखटिरा, दादुरा इत्यादि सन्चो वनाउँछ। यो छालामा रहेका सम्पूर्ण रोग हटाउन प्रयोग हुन्छ।

## प्राचीन-शास्त्रीयमान नापतौलको निरूपण मात्राको निर्णय र आधुनिक प्रचलितमान

हाम्रो शासन व्यवस्थाले प्राचीन मान कायम गर्न नसक्नु खेदको विषय हो । हाम्रा शास्त्रीय द्रुवयमान, पायचमान, कुडवमान हुन् अथवा मागध मान र कलिंग मान हुन् ती पनि त्यतिखेरका स्टाण्डर्ड नापतौल नै थिए । भारतमा अंग्रेजहरूको प्रवेशपछि प्रचलनमा आएको मेट्रिक नापतौल प्रणालीजत्तिकै भरपर्दो एवं प्रामाणिक मान-व्यवहारलाई हामीले प्रचलनबाट हटाउनाले अहिले हामी आफ्नै शास्त्रका मानहरूलाई पनि मेट्रिकमा अनुवाद नगरी नबुझ्ने भएका छौं । यसैले प्राचीन मानका सम्बन्धमा यहाँ केही चर्चा गर्नु वाञ्छनीय भयो । व्यापारीलाई कानुनमा बाँध्न नसकेरै शास्त्रीय मान धरापमा परी आधुनिक मान चलाउन समाज वाध्य भयो । पुरानो नापन प्रचलन वैज्ञानिक र सूक्ष्मतम थियो । तैलीय वा घृतयुक्त जरा वा बीज वा चोपको चूर्ण सर्वमान्य मात्रा आधा-एक चम्चा अथवा २-५ ग्राम हो । अति वृद्धवृद्धा/१-३ वर्षे बालबालिका/क्षीण अपाचन शक्तिहीन व्यक्ति/यकृतको जीर्ण रोगीलाई १-२ ग्राम दिनमा २ पटक खानुपर्छ । वीर्यहीन/तैलीयताहीन वा सुक्खा भएमा ३-१२ ग्राम वा १ तोला बराबर, कडा पत्रको चूर्ण दोब्बर ३-५ ग्राम होभने अमृतजन्य पातको धूलो तेब्बर-चौब्बर लिनुपर्छ । धातु-उपधातु-भस्मवर्ग, विष-उपविषवर्ग, ढुङ्गा-सहस्रपुटी घनसत्त्वभस्म र अत्तरको थोपा वा सूक्ष्मतममात्रा उपयोगमा ल्याउनु नै वुद्धिमानी वैद्यकीय कर्म हो । परमाणु, अणु, कणिका वा कनिका, तिल, तोरीबीजजत्रो, रायोबीजजत्रो, सर्स्यूदानाजत्रो, रक्तिका वा गुञ्जा वा रत्ती, मरिचदाना, परमाणु, अणु, कणिका वा कनिका, तिल, तोरीबीजजत्रो, रायोबीजजत्रो, सर्स्यूंदानाजत्रो, रक्तिका वा गुञ्जा वा रत्ती, मरिचदाना, तण्डुल, यव वा जौ, केराउदानाजत्रो, चनाबराबर, माषा, टंक, शाण, कोल-बयरगेडाजत्रो, वटक, कर्ष, पिचु, अक्ष, तोला, शुक्ति, पल, मुष्टि, विल्व, प्रकुञ्च, विडालपदक, अञ्जलि, कुडव, मानिका, प्रस्थ, आढक, द्रोण, तुला ...। १ लाल = १ रत्ती, एउटा रत्ती = १२१ वा १२५ मि.लि.ग्राम हो परन्तु अचेल १ रत्ती = १०० मि.लि., १ माषा = १ ग्राम वा १० वा १२ मि.लि., १ तोला = १२ ग्राम हो किन्तु आजकाल घटेर १० ग्राम वा १०० मि.लि., ४ आना = ३ ग्राम, ८ आना = ६ ग्राम, १ छटाक वा कनुवा = १ पाउ = २५० हो तराईतिर तर अन्यत्र २०० ग्राम, ४०० ग्राम = आधासेर, १ सेर = ९०० ग्राम पहिले र हाल ८०० ग्राम, १ चौथाइ = २५ मि.लि.ग्राम, १ मुट्ठी = १०० मि.लि.ग्राम, एकमाना = १००० ठूलो मुट्ठी र सानो मुट्ठी ८०० मि.लि.ग्राम, १ पाथी = १०००० र अहिले ८००० मि.लि.ग्राम, पहिले ८ र अहिले ६ रत्तीको १ माषा, ४ माषाको १ टंक, एक शाण = ८ माषा, १ कोल = एक वटक, आधा तोला = १६ माषा, १ कर्ष = १ अक्ष, १ पिचु = १ तोला, ३२ माषा = १ शुक्ति, १ मुष्टि = १ विल्व वा प्रकुञ्च, २ तोला = ६४ माषा, १ पल = १ मुष्टि ।

२५६ माषा = ४ पल = १ अञ्जलि = १ कुडव = १६ तोला
५१२ माषा = ८ पल = १ मानिका = ३२ तोला
१९२४ माषा = १६ पल = १ प्रस्थ = ६४ तोला
४०९६ माषा = ४ प्रस्थ = ६४ पल = १ आढक = लगभग ३ किलोग्राम वा ३.०७२ कि.ग्रा.
४ आढक = २५६ पल = १ द्रोण १०२४ तोला, १०० पल = १ तुला = ४०० तोला
१ ढक = एक तुला = ४८०० कि.ग्रा. वा ४.८ कि.ग्रा.

## वर्तमान समयलाई निर्दिष्ट मात्राहरू लेखिएका छन्

सारांश शास्त्रीयमान = आधुनिक-प्रचलित कामचलाऊ मान सामान्य जानकारी :

१ तिल/कोदो/रायो/तोरी/सरस्यूँ = १.२ मि.लि.ग्राम

१ लाल/रत्ती/गुञ्जा/मरिच = १२५ मि.लि.ग्राम

८ रत्ती = १ माषक = १ ग्राम = १००० मि.लि.ग्राम

१० माषक = १ कर्ष = १० ग्राम वा ११ वा १२ ग्राम

१२ माषक = १ कर्ष = १० वा ११ वा १२ ग्राम

४ कर्ष = १ पल वा पसर वा आधामुट्ठी = ४० ग्राम वा ४८ ग्राम

४ पल = १ कुडव वा दुई मुट्ठी = २०० ग्राम वा १९६ ग्राम

४ कुडव = १ प्रस्थ = लगभग ८०० ग्राम

४ प्रस्थ = १ आढक = ३ किलो २०० ग्राम

१ कोदो/तोरी/रायो/सर्स्यूं = १.२७ मि.लि.ग्राम

८ तोरी = १ चामल वा तण्डुल २३ मि.लि.ग्राम

२ तण्डुल = १ माष = २६ मि.लि.ग्राम

२ माष = १ यव वा जौ = ५२ मि.लि.ग्राम

१६ यव वा जौ = १ माषक वा मासा = ८३३ मि.लि.ग्राम

३ माषक वा माषा = १ शाण = २.५ ग्राम

२ शाण = १ कोल वा बयर = ६ माषक = ५ वा ६ ग्राम

२ कोल = १ अक्ष वा कर्ष वा तोला = १० वा १२ ग्राम

२ अक्ष = १ कर्ष वा पलार्ध वा शुक्ति = २० वा २४ ग्राम

२ पलार्ध = १ पल वा मुष्टि = १०० ग्राम

१ गुञ्जा वा रक्तिका वा मरिच = १२५ मि.लि.ग्राम

## मात्रात्मक विधि वा माननिरूपण-रसरत्नसमुच्चयअनुसार :

### प्राचीन मान/आधुनिक मान

६ सर्षप (सर्स्यूं) = १ यव (जौ) = ६/१२५ मिलीग्राम वा लगभग २१ मिलीग्राम

४ वा ६ यव = १ गुञ्जा (रत्ती) = १२५ मिलीग्राम

३ गुञ्जा = १ वल्ल = ३७५ मिलीग्राम

६ गुञ्जा = २ वल्ल = १ माष (मासा) = ७५० मिलीग्राम

२ माष (मासा) = १ धरण = १५०० मिलीग्राम

२ धरण = १ शाण वा निष्क वा कोल = ३००० मिलीग्राम = ३ ग्राम

२ शाण = १ वटक वा कोल = ६००० मिलीग्राम = ६ ग्राम

४ शाण, निष्क = १ कर्ष वा अक्ष = १२००० मिलीग्राम वा १२ ग्राम

२ कर्ष (अक्ष) = १ शुक्ति = २४ ग्राम

२ शुक्ति = १ पल = ४८ ग्राम

२ पल = १ प्रसृत = ९६ ग्राम

२ प्रसृत = १ कुडव वा अञ्जलि = १९२ ग्राम

२ कुडव = १ मानिका = ३८४ ग्राम

२ मानिका = १ प्रस्थ = ७६८ ग्राम

४ प्रस्थ = १ आढक = ३०७२ ग्राम = लगभग ३ किलोग्राम (३.०७२ कि.ग्रा.)

४ आढक = १ द्रोण = १२.२८८ कि.ग्रा.

१०० पल = १ तुला = ४८०० ग्राम = ४.८ कि.ग्रा.

स्वर्ण = १ गुञ्जा (१२५ मि.ग्रा.) १ वल्ल = २ वल्लार्द्ध = १८७ मि.ग्रा.

तार = २ गुञ्जा (२५० मि.ग्रा.) १ वल्ल = २ वल्लार्द्ध = १८७ मि.ग्रा.

ताम्र = ३ गुञ्जा (३७५ मि.ग्रा.) १ वल्ल = २ वल्लार्द्ध = १८७ मि.ग्रा.

लौह = ६ गुञ्जा (७५० मि.ग्रा.) १ वल्ल १८७ = ३७५ मि.ग्रा.

अभ्रक = ६ गुञ्जा (७५० मि.ग्रा.) १ वल्ल १८७ = ३७५ मि.ग्रा.

नाग = ६ गुञ्जा (७५० मि.ग्रा.) १ वल्ल १८७ = ३७५ मि.ग्रा.

बंग = ६ गुञ्जा (७५० मि.ग्रा.) १ वल्ल १८७ = ३७५ मि.ग्रा.

## माननिरूपण-नापतौलको अति व्यावहारिक जानकारी ! मात्रात्मक विधि :

**धूलो-चूर्ण अति प्रभावशाली मानिँदा यथासम्भव धूलो ग्रहणयोग्य भनिन्छ।**

चिम्टीभर = चिम्टाले वा चिम्टाजस्तो दुईऔंलाले १ पटक लिने र खाने तरिकालाई चिम्टीभर भनिन्छ।

मझौला चम्चाभर निम्ठो = धूलो लगभग २-५ ग्राम।

मझौला चम्चाको भुसीभरि = धूलो लगभग ५-१० ग्राम।

सानो चम्चाभरि वा आधाचम्चा = धूलो लगभग १-३ ग्राम।

ठूलो चम्चा भुसीभर वा सानो डाडु = धूलो लगभग १०-२० ग्राम।

ग्रास- गास १ गासभरि = ठोसपदार्थलाई पाँचऔंलाले समातेर निल्ने।

एक घुट्को वा घुँट निल्ने = तरलपदार्थलाई मुखभरि भरेर खेलाएर निल्ने।

फाँक/फाँको लगाउने = मधुर र चिप्लो औषधिलाई पानीमा नघोलिकन धूलो फाँक लगाउने वा मुखमण्डलमा र्‍यालसित घोल्ने।

पसर = एउटा हातको पञ्जाभरि पसार्दा आउनेलाई एक पसर भनिन्छ।

ठोस मुष्टि वा मुट्ठी = बन्द गर्दा जतिभित्र मुट्ठीमा आउँछ लगभग १००-८० ग्राम अट्छ अर्थात् सानो वा ठूलो मुट्ठीको आधारमा।

ठूलो मुट्ठीको ८ मुट्ठीले १००० ग्राम र सानो मुट्ठीको ८ मुट्ठीले ८०० ग्रामलाई माना भन्दै र मान्दैआइयो।

तरल एक मुट्ठीमा ४०-५० मि.लि. अटाउँछ र ४००-५०० मि.लि.अटाउनाले माना बन्यो।

तरलपदार्थ आधामुट्ठी जति अट्ने हुनाले दोब्बर २० र १६ मुट्ठीको लगभग १ लिटर भयो।

ठूलो मुट्ठीको १० र सानो ८ मुठ्ठीको १ माना, २ मानाको १ कुरुवा, १ कुरुवाको १ लिटर, १२ माषा = १ कर्ष, एक तोला = ११.६६ ग्राम, १ छटाक = ५८ ग्राम, ५ तोला = १ पल, १० तोलाको २ पल, २ छटाक = आधा पाउ, आधा पाउ = ११७ ग्राम, २० तोलाको ४ पल, ४ छटाक = एक पाउ, एकपाउ = २२३ ग्राम, १० वा ८ माना = १ पाथी, ५ पाथी = १ डाला वा डालो, २० पाथी = १ डोको वा १ मुरी, २ मुरी = १ धोक्रो वा थुम्से, ४ धोक्रो = १ डेली, ५ डेली = एक भकारी...इत्यादि।

## सूक्ष्मातिसूक्ष्म अणु-परमाणुमापन (Nano Medicines)

धेरै खर्च र समय लगाएर बनाउनुपर्ने कारण आजकाल यो सनातन आयुर्वेदीयपरम्परा लोपोन्मुख अवस्थामा छ । सूक्ष्मातिसूक्ष्म (Nano Medicines) अणु-परमाणुमापनकार्य अति कठीन भएकोले मिश्रण गरी खानुपर्छ । रोग अनुसारको जडीबुटीद्रव्यमा खानेबेलातिर मिसाएर प्रयोग गर्नु बुद्धिमानी मानिन्छ । मात्रा छुट्याएर पोकापुन्तुरी पारी एक्लै खानुहुँदैन । अत्तरलाई झोलपदार्थमा मिश्रण गर्न सकिन्छ । धातु-उपधातु, विष-उपविषको भस्म वा क्षार, घनसत्वसार उपयोग गर्नुपर्दा निर्दोष अमृतवर्गका जडीबुटी धूलोमा मिश्रण मिलाउनु सर्वोत्तम खानेविधि हो । पारद-पारो, स्वर्ण-सुन, अभ्रक, चाँदी, तामो, बङ्ग, जस्ता, सिसा, पित्तल, काँश, मिश्रण ढलौट, गन्धक, मैनशील, शङ्खिया, हिंगुल, सुहागा, चुन, सोरा इत्यादिको हजारौं पटक पुटपाक गरिएको भस्म वा क्षार वा घनसत्व औषधिहरूलाई अणु-परमाणुको अति सूक्ष्मतमरूपमा योगवाही-घुलनशील अनि मिलनशील बनाएर मात्रा पुऱ्याएर पोषक वा औषधि ग्रहण गर्नुपर्छ । वैद्यगण वा पाको बरिष्ठ आयुर्वेदीय चिकित्सकसँग परामर्श गरी अणुमय ओखती बनाई खानु वा ख्वाउनुपर्छ र पुरानो परम्परालाई बचाउनुपर्छ ।

## षड्रसका सर्वमान्य आयुर्वेदसिद्धान्त (Auyrvedic Principles of Six Type of Taste)

### सर्वमान्यसिद्धान्त छरस (षड्रस), Mainly Sixth Taste

आयुर्वेदीय सिद्धान्त पञ्चतत्त्व र त्रिदोषज आध्यात्मिकसूत्रमा आधारित भएकोले अधिकांश मानिसलाई बुझ्न कठिन पर्छ । स्वादको आधारमा हुने स्वास्थ्य जाँचपद्धति आज पूर्णतया लोपोन्मुख छ । कुन र के के स्वाद खाँदा-पिउँदा समस्या आयो र रोग लाग्यो ??? स्वाद परिवर्तन गर्नासाथ रोग र महारोगबाट तत्काल मुक्ति मिल्छ । यो पद्धति आयुर्वेदीय-गुरुकुलमा प्रथम पाठशाला हो । यसमा प्रयोगात्मक अभ्यास गराइन्छ । दुईदिने अतिथि हामी कहिले जाने हो थाहा हुन्न, जिन्दगी धेरै कम छ, समय र सम्पत्ति छैन, कसैले सहयोग गर्दैन, आफूले धेरै गर्न सकिन्न, रोगले गलाएर महारोगमा पुऱ्याइदियो, केही भ्याइँदैन, ल्याबपरीक्षणमा लाखौं-करोडौं धन नभएपछि सस्तो अति सरल बाटोबाट बाँच्ने उपाय हो । साधारण कुरो सिकेर आफैं औषधि बनाईकन खानेविधि हो । मानिसले धेरै खाने हल्का मिठो, केही मिठो, मिठो, अति मीठो, गुलीयो वा अति गुलीयो, हल्का अमिलो, केही अमिलो, अमिलो वा अमीलो, हल्का नुनिलो, केही नुनिलो, नुनिलो वा अति नूनीलो, हल्का पिरो, केही पिरो, पिरो वा अति पीरो चाररसका प्रयोग बढ्दो छ । सदा यी ४ रस आफ्नो स्वास्थ्यअनुसार मिलाएर खाने-पिइरहने प्रचलन छ । हल्का तितो, केही तितो, तितो वा अति तीतो र टर्रो वा अतिकषाय कहिले-कता औषधिको रूपमा खाइन्छ र खानुपर्छ । आवश्यक पर्दा के आफ्नै वरिपरि पाइनेहरूबाट... १-३ तत्काल मिल्छ । षड्रसको वैज्ञानिक व्यवस्थापन गर्नसके एकदम छिटो सन्चो भइन्छ र निरोग रहिन्छ । षड्रसको सामान्य वर्णन यसप्रकार छन् ।

### १) पुष्टिकर मधुररस-मीठो (Sweet Taste)

**गुण-धर्म-कर्म** : यो हल्का मिठो, केही मिठो, मिठो, अति मीठो, खाए पछि मिठास आउने, नखाँदा पनि छुँदा वा सुँघ्दा मिठो हुने, ज्ञान नहुने मिठो अर्थात् अनावश्यक मिठाई खिलाई ७ प्रकारले जान्न सकिन्छ । अमृत मीठो-मधुर, रक्तवर्धक, रसिलो-पोषिलो-रसायन, स्वादिष्ठ, स्मरणशक्तिदायक, उद्दीपक-पाचक, बलवर्धक-पुष्टिकर, आयुर्वर्धक-प्राणरक्षक, त्रिदोषशामक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, मूत्रल, शुक्रल, पुनर्यौवनदायक, रजवीर्यजनक, तृप्तिकारक, रक्तपित्तनाशक, वुढ्यौलीनाशक, अग्निवर्धक, बुद्धिवर्धक, बाजीकर, वयस्थापक, स्तन्यवर्धक, क्षार-अम्लतानाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, दुब्लो-पातलो कमजोरीमा लाभदायक, छारे-मृगी र अपस्मारमा उपयोगी, पागलपन-उन्माद र हाड-ढाड जोर्नीका रोगमा हितकारी, वेदनानाशक, प्रशस्त

भिटामिन-प्रोटिन-क्याल्सियम र खनिजतत्त्वहरूले परिपूर्ण, हृदय-बृक्कहितकारी, विजातीयद्रव्य निष्काशक, सर्वरोग वा रजवीर्यसुधारक, ज्वरहर, निद्राजनक, त्वचादोषहर, प्रसन्नकर, मासिकअधर्म वा सबै प्रदरमा गुणकारी, अल्सर-क्यान्सरमा सहयोगी, गर्भरक्षा र गर्भवतीलाई पोषणदायक, रोगप्रतिरोधात्मक क्षमता अभिवृद्धि प्रदाता, स्वास्थ्यकारक, कल्याणकारी चिकित्सक-वैद्य आरोग्यप्रदायक, सप्तधातुनिर्माणको आधारक मानिन्छ। जस्तै : कुरिलो, मुसली, अश्वगन्धा, सिरू, काँस, कुश, गाङगोल, अकरकरा, दूबो, सिकारीलहरो, काउलो, लिपे, भुइँचम्पा, अनन्तमूल, रसगन्धा, पाँचऔंले, रातोच्याउ, गुच्छीच्याउ, हाडजोड, यार्सागुम्बा, दूधे, दुग्धी... इत्यादि।

### २) अम्लवर्गका अमिलो औषधिका महत्त्व, उपयोगिता र फाइदा के/कति ? (Sour Taste)

**गुण-धर्म-कर्म** : सनातनपद्धति अनुसार हल्का अमिलो, केही अमिलो, सामान्य अमिलो, अति अमीलो, छुँदा वा सुँघ्दा नखाँदा नै अमिलो लाग्ने, खाएको धेरै बेरमा अमिलो हुने र अनावश्यक अमिलो हामीले खाने-पिउने गरी नै रहेका हुन्छौं। यो प्राकृतिक अम्लरस शीतकारक, पाचक, शान्तिदायक, मूत्रल, नरम, र्‍यालरस उत्पादक, पित्तनाशक, रसिलो-पोषिलो, वृष्य, स्मरणशक्तिदायक, तृप्तिकारक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, मृदुविरेचक, नेत्रज्योतिवर्धक, रक्तचापमापक-शुद्ध रगत व्यवस्थापक मानिन्छ। अङ्गप्रत्यङ्गहरूका सुक्खाराम कडापन र हैजामा लाभदायक, समस्त रक्तविकार र छालाका रोगमा हितैषी, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, शारीरिक ताप-चाप ज्वर बढ्ने-आत्तिने र अत्यन्त औडाहा हुँदा सर्वोत्तम मानिन्छ। हरियो ताजा पिसेर, चुसेर वा चपाएर खाँदा मुख मिठो अत्यन्तै स्वादिलो रस लाग्छ। आधा-एक माना काँढापानी। जस्तै : बेलचण्डा, अर्चले, अर्चले ठूलो, अमारो, अमला, अमिली, आलुबखडा, खुर्पानी, कागती, गोलभेँडा, रुखगोलभेँडा, चुल्ठीअमिलो, पदमचाल, कुकुरमुत्ता, ठोट्ने, मलायो, लप्सी, जुनार, सुन्तला, चरिअमिलो रातो, चरिअमिलो पहेँलो, भुइँकटहर, अङ्गुर, मकरकाँची, दही, मही इत्यादि। **मात्रा** : ५-१० स्वरस र अर्क २०-५० मि.लि. नपाएमा वा नभएमा सुकेको हरितचूर्ण ३-५ ग्राम प्रयोग गरी नीरोगी बन्नुपर्छ। रोग छिटो फ्याँक्नु जरुरी हुन्छ। अमिलो खानासाथ आधा-एक घण्टा क्षारीयपदार्थ, कडा रासायनिकतत्त्वको मिश्रण वा धेरै नुन खानु हुँदैन। कान्छीऔंलाले चटनी-अचार चोपेर जिब्रोमा छुवाएर रसको मूल फुटाई भोजन ग्रहण गर्नु यहाँको ऋषिमुनि गुरुहरूका परम्परा हो। धेरै अगाडिको बनीबनाऊ पुरानो केमिकल ज्यान खाने अमीला पदार्थहरूबाट सावधान रहनुहोला।

### ३) कषायवर्गको टर्रो स्वाद औषधिका महत्त्व, उपयोगिता र फाइदा के-कति ? (Astringent Taste)

**गुण-धर्म-कर्म** : ऋषिमुनि-गुरुकुलका अनुसार हल्का टर्रो, केही टर्रो, टर्रो, अति टर्रो, खाए पछि टर्रो हुने, छुँदा वा सुँघ्दा वा नखाए पनि टर्रो लाग्ने, शरीरले नधान्ने अनावश्यक टर्रो सात प्रकारका हुन्छन्। यो टर्रो (कषाय) पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, शोथहर, सङ्कोचक, दर्दनाशक-वेदनाहर, ज्वरहर, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, समस्त रक्तविकार सुधारक, भेदनीय, दाँत र कानका रोगमा लाभदायक, स्नायुगत समस्या र सातधातु निर्माण प्रक्रियामा सहायक, फोक्सो र श्वासनली सुन्निएकोमा गुणकारी, पेटका क्रिमिमारक, जोर्नी-सन्धिबन्धनकारी, स्नायुतन्तु-नशारोगमा र हाड कमजोरीमा शक्तिकारक, पित्तरोग र कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिसमा विशेष उपकारक, गर्भाशयशोधक, बलकारक, समस्त बोसोयुक्त बेढङ्गे मोटोपनमा उपयोगी, आउँ-पखाला र सङ्ग्रहणीमा फाइदाकर, सङ्क्रमणकारी महामारीमा र रुघा-खोकी-दम -पिनासमा सदा स्वस्थकर मानिन्छ। यो रसले मधुमेह, सुजाक, प्रदर, धातुरोग, गानोगोला, सर्वज्वर, पेट दुख्ने पोल्ने, आन्द्राका सबै घाउ, जलोदर, दाद, खटिरा-पटिरा, लुतो, कुष्ठ, दुबी, डन्डिफोर, हैजा, श्वासप्रश्वास समस्या, हर्निया, अण्डकोश वृद्धि, यौनरोग, लहरेखोकी, क्षय-राजयक्ष्मा, पक्षाघात, आमवात आदि। जस्तै : पाखानभेद, ठूलोओखती, नुनढिकी, हर्रो, बर्रो, सौर, लताखयर, काफल, गहत, गोकुलधूप, साल, बर, पीपल, विजयसाल, खयर, प्यारीकाठ, पाकरी, बाँझ, खस्रु, लज्जाबन्ती जरा इत्यादिले हित गर्छ।

## ४) तिक्तवर्गका तीतो जडीबुटी औषधिले के-के रोग हटाउँछन् ? उपयोगिता, महत्त्व र फाइदा (Bitter Taste)

**गुण-धर्म-कर्म** : ऋषिमुनि-गुरुकुलका अनुसार हल्का तितो, केही तितो, तितो, अति तीतो, खाए पछि तितो, नखाँदा नै तितो लाग्ने, छुँदा वा सुँघ्दा वा शरीरले धान्न नसक्ने अनावश्यक तितो सात प्रकारका हुन्छन् । यो रक्तशोधक-समस्त रक्तविकारनाशक, मृदुविरेचक, शीतल-डाहानाशक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, भेदनीय, पित्तनिःसारक, पत्थरीहर, कलेजो सुधारक, ब्रणरोपक, कुष्ठहर, प्रतिदूषक, चर्मरोगहारक, मेदहर, समस्त अर्बुदहर, अज्ञात तथा सङ्क्रमणकारी महारोगनाशक, एच.आइ.भि./एड्समा उपकारी, क्षय-राजयक्ष्मा रोग र हैजामा लाभदायक, सर्वज्वरमा गुणकारी, लाभप्रद, विजातीयद्रव्य निष्काशक मानिन्छ । सर्वप्रथम यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कमलपित्त-सबै हेपाटाइटिस, पेटका समस्त क्रिमि, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, पत्थरी, पेट दुख्ने पोल्ने, सङ्ग्रहणी, अम्लपित्त, यौनरोग, सुजाक, कलेजोज्वर, अर्श, मासिकअधर्म, अपच, अरुचि, अतिनिद्रा, फोक्सेमासु, मोटोपन-कोलेस्टोरेल, रक्तश्राव, मांसपेशीय स्नायुतन्तु-नसामा बोसोले पुरिने, कलेजो-मुखका विबिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, कब्ज, मूत्राम्लदोष, आमवात, जलोदर, प्रदर, टाउको दुख्ने, आँखा रोग, सरुवा विषाणुले आक्रमण गरिरहने, बाक्लो खराब रगत, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी-यौनरोग, गुलियो-अमिलोको असर, विषादिहरूको प्रभाव इत्यादि हजारौं रोगमा औषधीय लाभ पुऱ्याउँछ ।

सर्वप्रथम यो तीतो औषधि रोगप्रतिरोग विरुद्ध सङ्घर्ष गर्न प्रयोग हुन्छ । प्रायः तिक्तवर्गका औषधि १ पटक एकाबिहानै खालीपेट अथवा कमजोर बाल वा वृद्ध भए भोजनको आधा-एकघण्टाअगाडि खानुपर्छ । रोगले सताएको समस्याले अत्याएको भएमा २ पटक लिनुपर्छ । सामान्य अवस्थाकाले १५-३० दिन खाएर छोड्नैपर्छ । विशेष महारोगी धेरैले ग्रसित कष्टसाध्य/परिएको भएमा २-३ पटक ३-५ ग्राम खानैपर्छ । अन्तिम कालमा निर्विकल्प समाधिमात्र एक उपाय हो परन्तु मर्ने जिन्दगीमा असाध्य-महारोगमा पनि अमृतझैं ३-५ पटक खान-पिउन सके पुनर्जीवन प्राप्त हुन्छ किन्तु जिउँदो जडीबुटी कायामा प्रवेश भई आउनुपर्छ । तीतो खाएर जो बेहोस पर्छन् जसले गुलियो पदार्थ दिनभर खानुपर्ने हुन्छ अथवा हरमास मौका हेरी ३-५ दिन प्रयोग गर्नुपर्छ । फाइदा लिन सके, लाभ भए, सजिलो रहे, सुधार हुँदै गए, प्रकृतिले पत्याए, ईश्वरले चलाए, आत्मशक्ति पलाए सन्चो हुने पक्का छ, अवश्यमेव आयु बढाउँछ ।

स-साना टुक्रा चुस्नाले वा मुखमा राख्नाले छिटो सुधार हुन्छ । सजीव हरियो चोपिलो रससहित आलो ताजा खाँदा तत्काल आराम पुऱ्याउँछ । जहाँ सम्भव छैन त्यहाँ सुकेको टुक्रा वा धूलो अथवा अर्कले खानासाथ काम गर्छ । आसव, अरिष्ट वा जडीबुटी जाँड सबैले होइन, पारखीले मात्र बनाउनुपर्छ । डढाउनाले-पोलेको भस्म सेतो खरानी जसले पनि गर्छ । सेतो पारिएको खरानीमा १६/८/४ भाग पानी राखी ७२ घण्टा तैऱ्याएर पानी छानी पकाइ सुकाइएको क्षार (नुन) ले तुरुन्तै फाइदा गर्छ । जस्तै : इन्द्रजौ, चिराइतो, तितेपाती, कुट्की, असुरो, कालोजिरा, नीम, बकाइनु, जाई, निरमसी, दूधेसतुवा, सर्पगन्धा, गुडमार, करेला, गुद्धरगानो, वाटुलोपाते इत्यादि ।

## ५) परपराउने कटुवर्गका पीरो औषधिका महत्त्व, उपयोगिता र फाइदा के कति ? (Pungent Taste)

**गुण-धर्म-कर्म** : सनातन ऋषिमुनिका अनुसार हल्का पिरो, केही पिरो, पिरो, अति पीरो, खाए पछि पिरो हुने, छुँदा वा सुँघ्दा नखाँदा नै पिरो लाग्ने र अपच्य अनावश्यक पिरो सात प्रकारका हुन्छन् । यो पीरो कटुरस दीपन-पाचक, उत्तेजक, तताउने-गरम, वातहर, कफनाशक, मनपर्ने बास्नादार वा सुगन्धदायक, रुक्ष, स्वेदकारक-स्वेदजनन, सुन्निएको ठीक गर्ने शोथघ्न, वेदनानाशक वा दर्दहर, संज्ञास्थापक, ठन्डाहर, रक्ताभिसरणोत्तेजक, कण्ठशुद्धिकर, सारक, भेदक, कफग्रस्त-खोकी-रुघा-पिनास-दमरोगमा उपयोगी, निद्राहर, गला-घाँटी दुख्ने-उपजिह्वा सुन्निनेमा फाइदाकर, छालाका नयाँ आगन्तुकरोग र गाँठा-गिर्खा निष्काशक,

अग्निमन्द-निम्नरक्तचाप र चिसोज्वरमा लाभकारी, आलस्यता र सुस्तमनःस्थितिमा हितकारी मानिन्छ । यो रसले जिब्रोलाई तिक्खर गर्छ, र्‍याल छिटो निकाल्छ, तुरुन्तै गर्मी दिन्छ, औडाहा-डाहा उत्पन्न गराउँछ र केही क्षण न्यानो पार्छ । अति पीरो, हल्का पिरो, सामान्य पिरो, केही बास्नादार तथा थोरै मिठो क्षारीयस्वादका आधारमा ६×६=३६×३६=२१६ विविधीय मिश्रणरस प्राकृतिक कानुनानुसार प्राप्त हुन्छ । जस्तै : बोझो, टिमुर, सत्यवती, गोरखपान, अगर, श्रीखण्ड, खुर्सानी, मरिच, ज्वानो, पान, दालचिनी, तेजपात, वनज्वानो, अजमोदा, तुलसी, जिरा, धनिया, पिपला, पिपली, मरहठीझार इत्यादि । **मात्रा** : चूर्ण चौथाइ-एक ग्राम, अर्क १०-२० र अत्तर १-५ थोपा, वटी १ वटा, भस्म र क्षार १-५ रत्ती १-३ पटक ।

### ६) लवणवर्गका नुनिलोरस वा क्षारीयपदार्थ-औषधिको महत्त्व, उपयोगिता र फाइदा के-कति ? (Salty Taste)

सनातन ऋषिमुनिका अनुसार हल्का नुन, केही नुनिलो, नुनिलो, अति नूनीलो, खाए पछि नुनिलो हुने, छुँदा वा सुँघ्दा नुनिलो लाग्ने र शरीरले धान्नै नसक्ने अनावश्यक नुनिलो सात प्रकारका हुन्छन् । विनानुनको जिन्दगी असल मानिन्थ्यो किनकि हरियो घाँसपात वा काच्चो चीज धेरै प्रयोग गरिन्थ्यो । यो युगमा समुद्रीनुनको प्रचलन धेरै छ । खनिजीय लवण नुनपानी, उन्नत महङ्गीनुन, प्रशोधितनुन, सेन्धेनुन, कालोनुन/रातोनुन/पहेँलोनुन/कम र रातो धेरै सेतो मिल्छ । खानीनुन विशेष उपयोगी औषधि भनिन्छ । यो लवणरस नुनको अभावमा क्षारीयपदार्थहरूको सदुपयोग गरी स्वास्थ्यलाभ लिनुपर्ने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रेचक, कफनिस्सारक, मेदहर, क्रिमिमारक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, भेदक, उत्तेजक, मूत्रल, त्रिदोषनाशक, अग्निद्वीपक-पाचक, तताउने-गरिष्ठ, बोसो-मेद-मज्जानाशक, शोथहर, जलशोषक मानिन्छ । क्षारवर्गका नुनले कफग्रस्त रुघा-खोकी-दम, पत्थरी, पित्तवृद्धि-अम्लपित्त, कफग्रस्त समस्या र जलोदर-पानी भरिने रोग, भद्दा मोटो-कोलेस्टोल र फोक्सेमासु लाग्ने, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, भित्रीअङ्ग सुन्निएर फुलेको, कब्ज, अर्श, अरुचि, अपच, टन्सिल, फोक्सोशोथ इत्यादिमा छिटो लाभ पुर्‍याउँछ । **मात्रा** : चौथाइ-तीन ग्राम, १०-३० मि.लि. १-३ पटक । ध्यानाकर्षण : अलिनो वा बिलिनो वा मलिनो नुनको सदुपयोग सर्वोत्तम हो

## सर्व स्वाद :

एउटैमा ६ वटा स्वादमा मिल्ने एकल आयुर्वेदिक-जडीबुटीद्रव्यहरू पाइन्छन् अथवा ६ वटा भिन्न र फरक स्वाद मिसाएर एकैपटकमा वा दिनरातभरमा हरेक स्वाद प्रत्येक ३ घण्टामा एउटामात्र खानु वा पिउनुपर्छ । एक स्वादभन्दा धेरै दुईस्वाद वा तीनस्वाद वा चारस्वाद वा पाँचस्वाद वा छस्वाद अथवा सबै स्वादका द्रव्य पृथ्वीमा धेरै हुन्छन् । यो स्वाद षड्रसको मिलनविन्दु हो । आजका मानिसले सबैरस मिलाएर खानै जानेका छैनन् । यदि स्वस्वास्थ्य अनुसार सबै स्वाद जिब्रोमा परीक्षण गर्दै औषधीय हिसाबले खान वा पिउन जानेमा समस्त रोग आफैं सन्चो गर्न सकिन्छ । एकैपटकमा छ वटै स्वाद मिश्रण गरी खानुभन्दा हरेक ३ घण्टामा एक स्वादको प्रयोग सर्वोत्तम भनिन्छ । समस्त स्वादलाई अनुसन्धान गरी पारखी बनौं ।

## एकदम खल्लो स्वाद :

एकदम खल्लो स्वाद र विनास्वादका आयुर्वेदिक-जडीबुटीद्रव्यहरू पनि पृथ्वीमा धेरै हुन्छन् । एकदम खल्लो, अस्वाद, बेस्वाद र विषाद प्रकृतिमा षड्रसबाहिर रहेका स्वादका रसहरु हुन् । खाँदा खल्लो लाग्ने शीतल प्रकृतिका हुन्छन् । खाँदा शीतल लाग्ने परन्तु मारकपदार्थहरूका सेवन खतरनाक छ किन्तु आजका मानिसले स्वाद नै थाहा पाउँदैनन् । आजका धेरै मानिसमा स्वाद नै हराएको छ । आजको मानिस कडा औषधि जल्दीवाजी गरौं-तात्तातै खाऔं सन्चो भएरै चाँडै गरौं भन्ने खतराको सीमाबाहिर गएकोले सकरात्मक भएर धैर्यधारण गरी संयमता अपनाई अनुसन्धान गर्दै जाऔं ।

## बेस्वाद वा अस्वादका औषधि खाएर नमरौं :

पुराना पोषण वा औषधि वा अन्न वा खाने-पिउने चीजबीज वा हरेक वस्तुहरु बेस्वादमा पर्छन् । संसारभरका मानिस आजकाल बेस्वादका चीज खाएर रोगी र महारोगी भएका छन् । आजका मानिस ८० प्रतिशत औषधिको अस्वादमा मरेका छन् । पृथ्वीमा सड्ने-कुहिने अवस्थामा रहेका माटिएका औषधि एलोपेथी कम्पनीहरूले डाक्टरका सिफारिसिमा कानुनसम्मत बेचिरहेका छन् । कुनै स्वाद छैन, विनास्वादका वा बेस्वाद वा अस्वाद वा स्वाद नभएको वा नकुहिएको तर कुहिने लागेको स्वाद वा शून्यस्वाद अथवा जिरो स्वादका औषधिहरू पृथ्वीमा धेरै भइसक्यो । अब अट्ने ठाउँको अभाव हुँदैछ । एकदम अस्वाद, बेस्वाद र विषाद प्रकृतिमा षड्रसबाहिर रहेका स्वाद छन् । स्वाद नभएका पदार्थहरूको सेवन खतरनाक छ किन्तु आजका मानिसले टेर्दैन । यो विषय बुझ्न स्वास्थ्यवैज्ञानिकलाई धेरैसय वर्ष लाग्छ । विनस्वाद प्रयोग दिनानुदिन वृद्धि छ । आजको व्यापारीशैलीले सीमा नाघेकोले यो स्थिति आएको हो । आयुर्वेदिक कम्पनिहरूले यही सिको गरी उस्तै र दुरुस्तै पारिरहेका छन् । धैर्यधारण गरी संयम अपनाई बेस्वाद र अस्वादको अनुसन्धान गरौं ।

## मिठो स्वाद वा मनै रमाउने गुलियो परन्तु विष

विनास्वादका र वा दुईस्वाद वा तीनस्वाद वा चारस्वाद वा पाँचस्वाद वा छस्वाद अथवा सबै स्वादका आयुर्वेदिकद्रव्यहरू पनि पृथ्वीमा धेरै हुन्छन् । हल्का मिठो, केही मिठो, मिठो, अति मीठो हुन्छ किन्तु परपराउने जिब्रोको फेदमा समाएको वा कसैले तानेझैं लाग्छ । यसको स्वाद रहस्यमय र मदकारक हुन्छन् । आजका धेरै मानिस विषमा पल्केर मादकवर्गका औषधि वा पेय वा लागूपदार्थहरूका सेवन-प्रयोग खतरनाक बढ्दो छ । आजको मानिस कडाऔषधि जल्दीवाजी गरौं-तात्तातै खाऔं चाँडै गरौं वा मर्नुपरे मरौं भन्ने खतराको सीमाभन्दा बाहिर गएकोले धैर्यधारण गरी संयमता अपनाई आयुर्वेद पथ्यापथ्य व्यवहारबाट स्वाद परीक्षण-अनुसन्धान गरी स्वास्थ्य लाभ लिऔं ।

## वानस्पतिक विस्तार-फैलाउने विधि

१) बीउ छर्ने विधि- Seed System : ७ दिनभित्र नसुकेको बीज च्यूरी/कुटमेरो/साल/चाँप/बडहर केही इत्यादिको हप्ताभरमा नै र धेरै जसोको लामो समयभित्र बीजलाई रोपेर बिरुवा उमारिन्छ ।

२) हाँगा काटीकुटी विधि : कोशेजातका कोइरालो/टाँकी र Ficus species दूधेजातका रुख प्रजाति कटिङ ४ आँखा राखी काट्ने र २ आँखा जमिनमुनिको सिधा टुप्पातिरको छट्के काटी उत्तरतर्फ ढल्काउने, काटेको घाउमा सूर्यकिरण नपरोस्, भुइँमा वा तयारी व्याडमा रोप्ने तब सर्छ

३) (ल्यरिङविधि) Layering : बोक्रा खुर्केर माटो, गोबर र झ्याउ पानी मुछी लगाउने वा लिप्ने

४) Tongue Shaped-जिब्रो आकारको पार्ने र जोड्ने वा कलमी गर्ने

५) Budding-बडिङ ठोसा टाँस्ने विधि

६) Inarching System (इर्नाचिङ विधि) : दुवै हाँगालाई सम्म पारी काटी बाँधी जराबाट अरू बिरुवा निस्कन्छ ।

७) Grafting System (ग्राफ्टिङ विधि) : १५ से.मि. लामो बोक्रा काट्ने र जोडी बाँध्ने-कलमी गरी विरुवावृद्धि गरिन्छ ।

८) Tissue Culture System (ऊतक संवर्द्धन विधि) : यो अत्यधिक संख्यामा वंशवृद्धि गरिने विधि हो । लोपोन्मुख, दुर्लभ एवं महत्त्वपूर्ण जडीबुटी/वृक्ष वा कृषिजन्य बालीनालीहरूलाई महिनौं लगाएर उनीहरूको जन्मजात माटो-जलवायुलाई व्यवस्थापन गरी धेरै परिमाणमा बिरुवावृद्धि गरिन्छ ।

## आयुर्वेदिक चिकित्सापद्धतिमा गतिशील लाभ लिने विशेष विधिहरू ???

१. मुख्य जडीबुटी विशेषद्रव्यमा अनुपान र सहपान मिलाएर खानुहोला ।

२. ३-५ वटा खानुपर्ने भएमा कमसेकम एकघण्टाको फरक पारी बिहान ५, ६, ७, ८ र ९ बजे र बेलुकी ५, ६, ७, ८, ९ बजे औषधि वा पोषण ग्रहण गर्नुहोला। एकसाथ सबै सँगसँगै एकैचोटि नखानुस्।

३. अन्य कुनै चीज खाएको वा पिएको समयभन्दा १५ मिनेटपछि वा अघि सेवन गर्दा सर्वोत्तम हुनेछ ।

४. महारोगमा तत्काल मरिहाल्ने र आधाभन्दा ज्यादा मर्ने लागेको जीर्णरोगको खतरामा परिएको अवस्थामा बाहेक सदा निरन्तर औषधि खानुहुँदैन । पोषणजन्य औषधीय खानपानमा ध्यान दिनुपर्छ ।

५. एक-डेढ महिना खानुस् र छोड्नुस् र हेर्नुस् दोहोर्‍याएर वा तेहेर्‍याएर औषधि नथप्नुहोस् ।

६. रोग जाँच-परीक्षणमा धेरै समय बर्बाद भएमा मृत्यु हुनसक्छ, धनसम्पत्ति सकिन्छ, चिन्ताले जलिन्छ र उपचार गर्ने साहस हराउँछ । यसकारण अमूल्य जीवनको बहुमूल्य जडीबुटी खाँदै कुर्ने काम गरौं ।

७. भस्महरूमात्र एक्लै खानै हुन्न । पुरिया बनाएर राख्नुहुँदैन । कच्चा र अर्धकच्चा धातुभस्मले नोक्सान पुर्‍याई मृत्यु हुनसक्छ । परिपक्व शास्त्रीयविधिले बनाएको भस्ममा रोग उपयोगी जडीबुटी अथवा पोषक जडीबुटी चूर्ण वा धूलो सयभागमा दशांश थपेर सेवन गर्नुहोस् साथमा अनुपान वा सहपान मिलाउनुहोस् । भस्महरू मात्र नखानुहोस् ।

८. आयुर्वेदको औषधि हप्ता/पन्ध्र/महिनादिन खानुस्, छोड्नुस् तर पुष्टिकर सधैं लिनुस् ।

९. जीवनीयतत्त्वरक्षा गर्ने र प्राणशक्तिजागृत हुने आयुर्वेद अमृत खाइरहनुहोस् ।

१०. कम्पनीले बनाएको, बजारमा कुहिएको, विज्ञानपन गरिएको, बट्टामा चमक भरिएको एवम् दार्शनिक र आदर्शवादका शब्द लेखिएको पुष्टिकर-अमृत कहिल्यै किनेर नखानुहोस् ।

११. स्वयम् बिरामीलाई ढाँटेर-छलेर थाहा नै नदिइकन औषधोपचार नगर्नुहोस् । यो महाअपराधको भागीदार कोही नबन्नुस् । रोगीलाई एक आध्यात्मिक बनाएर साधनात्मक बनाउनुस् ।

१२. पुष्टिकर-शक्तिकारक चूर्ण कैयौं पटक खान सकिन्छ किन्तु विशेष समय भोको पेट अर्थात् भोजनको २ घण्टा अगाडि सर्वोत्तम हुन्छ । पुष्टिकर अमृत खाँदा १/१ चम्चा खानुपर्छ ।

१३. परिपक्व नभएको, सङ्कलन ठीक समयमा नगरेको, भण्डारमा ध्यान नदिइएको, कुहिएको-सडेको, ढुसी आएको, ओभानो-न्यानोस्थानमा नरहेको पुष्टिकर-शक्तिकारक अमृत हुनै सक्दैन ।

१४. धूलो वनाएर राख्ने वा खाने क्रममा बिर्को नकसिएको, चिसोले ओसिएको वा पानीले छोइएको, अनुपान दूध अथवा पानी सहपान सक्खर वा नपकाएको र मेसिनमा नतताएको वा कुनै केमिकल नहालेको मह शुद्ध र प्राकृतिक हुनुपर्छ ।

१५. आयुर्वेदिक-जडीबुटी औषधि पूरक/आंशिक/सहायकको रूपमा खानुपर्ने भए १-३ वटासम्म लिनुहोला ।

१६. प्रकृतिको अमृत-पोषकतत्त्व खाने अवसर मिलेकामा आफैंलाई धन्यवाद दिनुपर्छ ।

१७. सभ्य-सुसंस्कृत अत्यन्त इमान्दार र दृढविश्वासीलाई तत्काल फाइदा पुर्‍याउँछ । आयुर्वेदिक क्रियामा जिज्ञासु, पारङ्गत, कर्मयोगको श्रद्धालु र आध्यात्मिक बनेर अग्रस्थान ग्रहण गरी गतिशील स्वास्थ्यलाभ लिनु भएकोमा पर्म/पालो/पैंचो ऋषिऋण तिर्न अरूहरूलाई पनि सिकाएर सहयोग गर्नुहोला ।

## खाएर-पिएर नपच्दा वा अपच/अजीर्ण भएमा के खानुपर्ने ???

अमीलापदार्थ-कोदाको ढिंडो वा खोले,
लवणवर्ग/चर्कोनुन-अम्लीयपदार्थ,
तिक्ता र महातिक्ता-मधुरमपदार्थ,
अति गुलीयोपदार्थ-तिक्तवर्ग,
कषायवर्ग-अमिलो र गुलियो मिश्रितपदार्थ,
कटुवर्ग-मीठो र अमिलो मिसाएर खानेपिउने,
चिल्लोपदार्थ-तीतो र टर्रोवस्तु,
शाकाहार-मिश्रित दालरस, मांसाहार-कलिला सागपात,
करकाप गरेको भोजन-मुखमण्डलमा रस निकाली निल्ने,
अति पाकेको भोजन-काच्चै पिसेको बदाम,
मनपर्ने भोजन-मन नपर्ने चीज,
खाना गलामा अड्कने-चिप्लो चीज वा चिल्लो घिउ,
खँदैमा अमीलोपानी आउने-ल्वाङ,
अच्चकाली/उपर्तली खाना-मूला वा प्याजरस बिरेनुनसँग,
सुक्खाभोजन-चूकअमीलो चाट्ने,
सर्दी झोलिलो भोजन-गरिष्ठ मरमसला,
प्रशस्त रसयुक्त भोजन-मुलायम वा नरम मरमसाला,
गुणस्तरहीन मिश्रित तेल-भटमास धूलोपानी पिउने ,
चिनी-तितेपाती,
अत्यधिक पीरो-जेठीमधु वा गाजररस,
मकैसँगै भटमास- पातलो महीमा गुन्द्रुकअचार,
मकैराजे (च्याख्ला) भात-मूला पात,
चिसो खाना-लसुन चपाउने,
तातोभोजन-गोरस,
सेतो शिलाजीत-कदलीकाण्ड स्वरस,
कालो शिलाजीत-केरा गानोरस,
नारिकेलजल (नरिवलको पानी)-समुद्रफेन,
श्यामाक (सामा धान)-मही,
नीवार धान (वनमा आफैं उम्रिने)-एकराते मही,
भटमास-दधिमण्डक (दहीको पानी),
कागुनू/काउनो-दहीको रस,
अमिली/इमली-ताजा तिलको तेल,
गहत-तिलको लड्डु वा चुकन्दर,
आँप-मोथेको जरा/लुंडेसाग,
कसेरु-सुठो,
सिङ्घडा-ज्वानो,
मृणाल/कमलकन्द-मेथी,
दाख-लसुन,
खजूर-खुँदोपानी,
खुँदो/खाँड/सक्खर-कफी,
घिउ-कुनै पनि अमिलो,
पिरो (मरिच आदि) मनतातो पानीसित,
कटहर-भुटेको कटहर बीज,
खुर्सानी पीरो-खुर्सानी जरा वा पोलेको माटोपानी,
मरीच/अकबरे खुर्सानी-तितेपातीको जरा,
अमला-सल्लाका बिउको गुदी वा गोमूत्र अर्क,
माछा-मासु ज्यादा भएमा-त्रिफला चूर्ण महीमा चाट्ने,
आगोमा पोलेको मासु (सेकुवा)-बासीमही वा दही,
मलेवा/परेवा मासु-चुलेसी पात,
कपिन्जल (तित्रो/भद्राइको मासु)-उसिनेको मस्याङ,
मही/दहीमकैभात-त्रिकटुचूर्ण (पिप्ला, मरिच, सुठो),
गाईको दूध-मनतातो पानी वा मण्ड (माड),
भैंसीको दूध-कमेरो माटो,
दूधेमकै जुंगासहित उसिनेको-केरागानो रस,
भैंसीको दही-सिपी वा शंखको चूर्ण,
फिनी-ल्वाङ वा ज्वानो,
पापड/पाप्री-गुन्द्रुकरस वा शीतलचिनी बियाँ,
लड्डू-पिप्पलीमूल वा कुशको जरा,
मालपुवा-पिप्पला पात वा सिरुको जरा,
अङ्गुर-अंगुरको डाँठरस वा मन्थ( चनासात्तु घोलपानी),
सेल, पुरी-पिप्पलीमूल (पिपलजरी) वा चाबो,
माड वा मण्ड-पिप्ली पात दालचिनी हरियो पात,
दुम्सीको मासु-चरिअमिलो वा अमारो पात,
कुखुरी/कुखुरो मासु-मुसली र अर्चलपात,
गोहोराको मासु-खरी पात,
बोका/खशीको मासु-अङ्गुर,
राँगो/भैंसीमासु-दालचिनीबोक्रा,
गैडाको मासु-हिङ,
वँदेलको मासु-त्रिफला वा यवक्षार,
कछुवाको मासु-यवक्षार वा त्रिफला,
पायस (खीर)-मूँगको दाल वा लताखयर,
आरनाल वा पित्तलभस्म-घिउ र मह,
पालुङ्गो-सर्सिउँको छोप,
केमुक/करेमु/केमुआ/नाडीशाक-तिलको छोप,

तिते करेला/कारवेल्ल-कालो तिलको छोप,
भण्टा-लुंडेको साग,
मूला-तोरी वा सर्सिउँको छोप,
पवइ साग-पोईशाक-वनतिलको छोप,
लौका-शीलम छोप,
चिचिण्डो/घिराम्लो-कागतीबोक्रा,
परवर-फर्सीको छोप,
केराउ/सानो चना-सानो प्याज वा छ्यापी,
कागती/निबुवा/ज्यामिर-कोदो र सिस्नु खोले,
इरा (मदिरा)-घिउमाटो वा चिप्लोमाटो वा गेरुमाटो,
बरेला/परवर-पलाश भस्मपानी,
बाँसको तामा-पीपल भस्मपानी,
निगालो टुसा-नुनढिकी वा बाँझबोक्रा काँढापानी,
कारवेल्ल (तिते करेला)-बरवृक्षभस्म पानी,
लौका/कुभिण्डो- गाँजाभस्म पानी,
वनसूरण/घरेलुओल-गुड मिसिएको तिल,
शक्खरकन्द/आलु/तरुल-चौलानी,
हलेदो (हरिद्रा-बेसार)-ज्यामिर/कागतीको रस,
चून-मोथे जरा वा मोथे बीज,
सर्सिउँ-भोटखयर लता,
बेथे-खदिरसार (खयरको सार),
सर्दी उठाउने समस्त साग-तिललड्डु वा पानको पात,
गर्मी गर्ने उत्तेजित खाना-धनिया र मिश्रीपानी,
भुटेको साग-उसिनेको साग,
अमारो-बासी पानी,
डुम्री-ब्राह्मीपानी,
पिप्पला-पीपल वा काउलो,
पाखुरी/पाकरी-मेलको मस्यौरा,
हैजाको महामारी-मलायो वा चुत्रो अमिलो,
बट आदि-पुदिना पात,
चिरौंजीको गुदी-ओत्तरी-ओरेगानो,
चिफ्लो (चिल्लो)-मूँगीको चूर्ण,
अतिसार वा आउँ-पखाला-मोथे जरो,
अमिली-सालधूप,
चिसा वस्तुले भएको अजीर्ण-ताता चीजहरू,
ताता वस्तुले भएको अजीर्ण-चिसा वस्तुहरू,
अमिलोको अजीर्ण-खरानी वा क्षारगण घिउसँग चाट्ने,
चिल्लो पदार्थको अजीर्ण-त्रिफला वा अमिला पदार्थ,
अति वमन-मिश्री/चिनी/मह/खुदोपानी,
पानको मध्यमा रहेको चूनको दाह/डाह-तेल वा काञ्जिक,
दहीको पानीको गण्डूष,
नस्यजनित रोग-चिसो वा तातो पानी अथवा दूध,
अञ्जनजनित रोग-स्त्रीको दूध वा बाख्री दूध,
धुवाँजनित आँखाको रोग-चुत्रो वा त्रिफला खोटो,
अतिश्रम-घिउ र मह दूधमा मिसाएर खाई सुत्नु,
कर्णपूरणजन्यरोग-तिलको तेलद्वारा कर्णपूरण,
कवलजन्यरोग-अदुवाको रस वा अलैंचीले कुल्ला,
काँक्रो-नुन,
करञ्जबीज-कदलीभस्म वा क्षार,
अतिसार-अरेली वा कत्था वा अम्बाको बोक्रा,
मदिरा मात नलाग्नको लागि-सकुञ्जेल घिउचिनी पिउने,
धतुराको मात-मिश्री हालेको दूध पिउने,
सुपारीको मद-आफ्नै काखी सुँघ्ने वा अलैंची चपाउने,
सिधे नुन र चिनी खाने,
चिसो पानी खाने,
ऊँटको सबारी-प्याज खाएर धेरै सुत्ने,
हात्तीको सबारी-नाच्ने वा मैथुन,
घोडाको सबारी-लसुन खाएर मर्दन-मालिस गर्नुपर्ने,
पैदल यात्रा-पुष्टिकर भोजन,
भाँगको मद-दुबोको रस/अम्लवर्ग/मह वा शक्खरपानी,
अफिमको मद-मरिच/सुठो/बेसार/पिप्लामूल,
विष/महाविषमा-सुवर्ण भस्म,
मदिरा मद-पुरानो गुड,
खीरको मद-खुँदो/नयाँ शक्खर,
नरिवल-चामल,
आँप-दूध,
घिउ-हर्रो वा ज्यामिर/कागती आदिको अमिलो,
केरा-घिउ, गहुँ-काँक्रो,
सुन्तला-गुड/सक्खर,
पिष्टान्न/पिसेको अन्न-चिसो पानी,
चिरौंजी-हर्रो,
माष/मास-खुँदो/खाँड/सक्खर,
दूध-मही,
काँचो आँप-मनतातो पानी,
माछा-आँपको कोयाको गुदी वा त्रिफला,
मद्यपान-चिसो महपानी,
कमलगट्टा-तोरीको तेल/कडुवा तेल,
कटहर-केरा,

ज्यामिर- नुन र अदुवा,
नुन-चौलानी पानी/गुर्जो,
नरिवल/ताडफल-चामल,
चामल-यवक्षार वा क्षारपानी वा त्रिफला,
अनार-अनार फलबोक्रा वा मौलसिरीको फल,
दाडिम/अमला/ताडफल/कागती/बिमिरो-चिया,
महुवा-दालचिनी,
बेल-गोरखपान,
खिरनी-टिमुर,
समस्त मासु-दालचिनी पात वा मरहटी,
छोकडा/खजूर-तेजपात,
पान कत्था-मैथुन,
नवनी/घिउ-मुङ्ग्रेलो काँढापानी पिउने,
समस्त गेडागुडी-सिल्टिमुर,
चना-हिमाली ज्वानो,
केराउ-वनेलु ज्वानो,
मूँगी-सबै मुङ-तुलसी पात,
खजूर-सिंघडा,
कमलगट्टा-बाबरी बीज पानी,
कसेरु/मोथे-जिरा,
मिश्री/चिनी-लसुन,
मधुफल (दाख/महुवा)-भद्रमुस्त/नागरमोथे पानी,
आरु-आरु बीजको गुदी,
मास-मासभस्म पानी,
रुखकटहर-पिपला/अजमोदा/ज्वानो,
आँप-आँपको कोयाको गुदी,
खित्रो/खिच्रो-सिधेनुन र कागतीपानी,
भैंसीको दूध-कालोजीरा,
चिउरा-भुजा खरानी,
मास, मूँगी,
भात र आलु-काउलो पात वा लिपे,
रोटी-कलिला साग वा चिफ्लेघाँस,
नुन र खुर्सानी-काँचो दूध,
भोजभतेरको खाना-हर्रो वा बालहरितकी,
होटलको खाना-प्याजको पात वा काच्चो मेवा वा अम्बा,
पान-धनिया,
केशर-काँडे नेपालीधनिया वा मकैजुँगा पानी,
जाइफल/जाइपत्री-समुद्रफेन,
कस्तुरी-मह र त्रिफला पानी,
हिमाली मह-दहीमा तर्किएर रहेको पानी वा केरागानुरस

चामल वा षष्ठी (सठिया धान)-दहीरसपानी वा दहीको पानी,
धेरै प्रकारको भोजन/चौरासी व्यञ्जन-हिङ र कालो नुन राखेको मही पिउने,
भोजन खानासाथ पीडा वा जलन-शुद्धजल पिएर वमन वा उल्टी गर्ने,
मोथे/जेठीमधु/अलैंची/कूठ/धनियाँ/जीरा/सुगन्धद्रव्यको गोली मुखमा राख्ने,
बजारिया खाजा वा नास्ता- लसुनको पात वा हरियो मधेशसूप,
उखुको रस-पलाशभस्म पानीमा घोली खाने वा अदुवाको रस,
मन नपरेको खानापिना-र्‍याल उत्पादन गरी भित्र पठाउने,
तिल आदिका विभिन्न तेलहरू-धानको अमिलो पानी वा जाँड अथवा काञ्जी,
मासदाल/मासबाट बनेका तितौरा/मस्यौरा-निम/चिराइतोको जरा घोटेर खाने,
केरा-घिउ र बेसार, चाउचाउ आदि मैदाका भोजन-ज्यामिर/कागती/त्रिफला,
मुसुरो आदि द्विदल वा दलहन-तुषाम्भ (भूससमेत जौलाई तीनघण्टा भिजाएको जौको पानी), कपूर-जिरा, सुपारी-प्याज,
आँखाबाट ज्यादा आँसु आउँदा-कपालमा अमलाको लेप र कानमा अमलारस,
अति श्रमको अजीर्ण-घिउसहितको माषको दाल वा मृगको मासु,
अतिसम्भोग- १ चम्चा हिमाली गाईघिउ र ३ चम्चामह वा बोकाको राजखानी,
खर्बुजो/तर्बुजो/फर्सी/कुभिण्डो-नुनसँग त्रिफलाचूर्ण चाट्ने,
मद्यगन्ध नआउनको लागि-कोदोको मद्य-पेटभरि कुभिण्डाको रस गुड हाली पिउने,
जलअजीर्ण(पानीनपच्ने)-सुन/चाँदी/आगो कोइला रातो झ्वाइँअ पारेको पानी,
तक्र/मही-नीमको फल घोटी पिउने अथवा त्रिफल चाट्ने,

# महारसनिघण्टुका शब्दार्थ (Word Meanings)

मधुवर्ग/मीठो-मधुररस अति मीठो लाग्ने, तृप्तिकारक-परम स्वादमा लट्ठिने वा स्वादिष्ठ, रक्तकारक/रक्तवर्धक-रगतबढ्ने, योगवाही-घुलनशील वा हरेकमा मिल्ने, सर्वगुणकारी-सबै गुणहरूले भरिपूर्ण रहेको, रसायन-जीवन्त दिने, अमृत रसिलो वा पोषिलो, स्वादिष्ठ-अति स्वादिलो, बुद्धिवर्धक/स्मरणशक्तिदायक/

स्मृतिदायक/स्मृतिकारक-शिरमण्डलपोषक, पोषणदायक/पोषक/शक्तिकारक/ बलवर्धक-पौष्टिक, शामक/ त्रिदोषशामक-तीनदोषलाई घट्बढ नभई शमन गर्ने, वातव्याधिहर-८४ वा १०८ प्रकारका वातलाई सन्चो गर्ने, शुक्रजनक-शुक्रल, पुनर्यौवनदायक-पहिलेको जस्तै जबान हुने, रजवीर्यजनक-रजवीर्य बढाउने, रक्तपित्तनाशक-पित्तरस रगतमा मिल्नु, अग्निदीपक/अग्नि-उद्दीपक/अग्निकारक/अग्निवर्धक-शरीरमा अग्नि बढाउने, वाजीकर सम्भोगमा, दुग्धवर्धक-दूध बढाउने, स्तन्यवर्धक-स्तन रसिलो वा दूध बढाउने, क्षारीयनाशक-क्षार काट्ने, अम्लताहर/अम्लतानाशक-अमिलो काट्ने, वयस्थापक/आयुर्वर्धक/ प्राणवर्धक- जीवनीयतत्त्वरक्षा गर्ने, रसग्रन्थिरोग-थाइराइड, श्वासरोगहर-श्वासरोग हटाउने, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक-श्वास ठीक गर्ने, बृक्कपुष्टिकर-मृगौलालाई पोषण पुग्ने, यकृतपुष्टिकर-कलेजो पौष्टिक, फुफ्फुसपुष्टिकर-फोक्सोलाई पोषण पुग्ने, हृदयहितकारी-मुटुलाई हित गर्ने, विजातीयद्रव्य निष्काशक-शरीरमा अनावश्यक रहेका तीनदोष निकाल्ने, रजवीर्यसुधारक-रजोवीर्य सुधार्ने, गर्भरक्षक-पाठेघरमा रहेको बच्चा जोगाउने, गर्भपोषक-पाठेघरमा रहेको बच्चालाई ताकत दिने, स्वस्थक्षमता अभिवृद्धि-स्वशक्ति बढाउने, स्वास्थ्यसेवक/कल्याणकारी चिकित्सक-वैद्यउपचारक, स्वस्थकर-निरोगीअवस्था वा आरोग्यप्रदायक, सप्तधातु उत्पादक-सातधातु बन्ने, अम्लरस-अम्लवर्ग-अमिलो जात वा उपजातका, उपयोगिता-प्रयोगमा आउने, चिनारी-परिचय, स्वाद-जिब्रोले थाहा पाउने, स्वभाव-प्रकृति, औषधीय उपयोग-के के रोगमा प्रयोग हुने, इत्यादि-अरू र हरू धेरै चिकित्सा हुने, मात्रा-स्वको आधारमा, सावधानी-होसियारी, गुण-धर्म-कर्म-प्राकृतिक स्वरूपमा रहेको, ठण्डाकारक/शीतलदायक/शीतकारक-ठण्डा ल्याउने, शीतल-शान्तिदायक, नि:सन्तान-पुरूषबाट छोराछोरी नभएको, बाँझपन वा बाँझोपन-स्त्रीको सन्तान नभएको, सन्तानदायक-छोराछोरी पाउने, मेदजनक/वृष्य-मोटोपन बढाउने, नेत्ररक्षक/नेत्रज्योतिवर्धक/नेत्रशक्तिप्रदायक-आँखाको शक्ति बढाउने र रोग हटाउने, रक्तशोधक/रक्तविकारनाशक-रगत सफा पार्ने, रक्तचापमापक-रक्तचाप नघट्ने र नबढ्ने, रक्तरोगहर/शुद्ध रगतव्यवस्थापक-रगतसम्बन्धित रोगहरू ठीकठाक पार्ने, कषायरस-कषायवर्ग-टर्रो, त्रिदोषनाशक-वातकफपित्त तीनदोष हटाउने, पित्तघटाऊ/पित्तनि:सारक/पित्तहर/पित्तनाशक-पित्त घटाउने, उदररोगहर/उदररोगनाशक-पेटका रोग हटाउने, सङ्कोचक-खुम्चिएर सानो हुने, व्रणसुधारक/व्रणपूरक/व्रणरोपक-घाउ-खटिरा सन्चो पार्ने, भेदनीय औषधि-साथ धातुमा भिज्ने शीघ्रकामकारी, मांसपेशीयदर्द-मासु दर्द, स्नायुगतरोग-नसारोग, कृमिनाशक/कृमिघ्न/कृमिहर/क्रिमिमारक-पेटका समस्त जुका र चुर्ना मार्ने, अस्थिसन्धानक/अस्थिबन्धनकारी-हाड जोड्ने वा सन्धिस्थलमा सातधातु भर्ने, अस्तित्वगत चिकित्सा-स्वतः उपचार हुने, गर्भाशय सङ्कोचक-पाठेघर खुम्चिने, गर्भाशय शोधक-पाठेघर शुद्ध गर्ने, सङ्ग्राहक-विकार सङ्कलन हुने वा दोषहरू सङ्ग्रह हुने, विषनाशक/विषघ्न-विष काट्ने, भेदनीयवीर्य-सर्वोत्तम वीर्य बनेको अवस्था, पत्थरीनाशक/पत्थरीहर-पत्थरी गलाउने, कुष्ठघ्न/कुष्ठहर-कोर वा कोढ वा कुष्ठ निर्मूल गर्ने, चर्मदोषसुधारक/त्वचादोषहर/चर्मरोगनाशक/चर्मरोगहारक-छालाका रोग हटाउने, समस्त अर्बुदहर/सर्वअर्वुदनाशक-भएभरका अर्बुदरोग हटाउने र घटाउने, ज्वरनाशक/ज्वरनिवारक/ज्वरहर-ज्वर निर्मूल गर्ने, विषमज्वर-शरीरमा उच्चताप बढ्नु, समस्तज्वर-सर्वज्वर, प्रतिदूषक-रोग हटाउने, रोगप्रतिरोधात्मक/

रोगप्रतिरोगविरुद्ध-रोग नलाग्ने र यदि लाग्यो भने तत्काल रोग काट्ने, तिक्तरस-तिक्तवर्ग-तितो वा तीतो स्वाद आउने, निर्विकल्पऔषधि-विकल्प नभएको ओखती, साध्य किन्तु अतिकष्टकर समस्या-सहन नसक्ने गरी दुख्ने कष्ट भइरहने, असाध्य/महारोग-सन्चो कदापि नहुने, कटुरस/कटुवर्ग-पिरो वा पीरो लाग्ने, बास्नादार/सुगन्धदायक-बास्ना आउने, स्नेहनजनक-स्निग्धता-चिप्लो वा मुलायम र चिल्लो, स्वेदकारक-स्वेदजनक-स्वेदजनन, शोथनाशक/शोथहर/शोथघ्न-सुन्निएको, दर्दहर/दर्दनाशक-वेदनाहर/वेदनानाशक-नदुख्ने, संज्ञास्थापक-स्पर्श फेरी फर्किने, रक्ताभिसरणोत्तेजक-रगत उत्तेजक भएर चल्ने, कण्ठशुद्धकर-गला वा घाँटी सफा पार्ने, निद्रानाशक/निद्राहर-निद्रा नआउने, निद्राजनक/निद्राकर-निद्रा ल्याउने, अज्ञातरोग-थाहा नभएको रोग, महारोग-ज्यान जाने खतरारोग, सङ्क्रमणकारी भयावह सरुवारोग-महामारी, मन्दाग्नि-अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप-तापमान कम भएको, सुस्तमनःस्थिति-शिथिल मनको वा सुतेरो, मानसिकरोगी-मन शरीरभन्दा बाहिर गएकोमा गढन्तेरोगी, लवणरस-लवणवर्ग-नुनिलो स्वाद आउने, खनिजीयतत्त्वयुक्त-शरीरलाई आवश्यक पर्ने खनिजतत्त्वहरू भएको, प्रशोधित-शुद्ध वा प्रशोधन भएको, क्षारपदार्थ-क्षारीयपदार्थ-क्षर वा नुनको सार, मृदुरेचक-हल्कादिसा लाग्ने, पेटशुद्धिकर/उदरशुद्धीकर/विरेचक/रेचक-दिसा धेरै पटक हगाउने वा पखाला लगाउने, मलावरोध/कब्ज/कब्जियत-दिसा नहुने, कफनाशक/कफनिस्सारक-कफ वा श्लेष्म घटाउने, प्रसन्नकर-रुचिकर, उत्तेजक-झट्का दिने, गरिष्ठ-अति गरम, मेद-मज्जाजनक-बोसो र तन्तुका जालो बन्ने, जलशोषक-पानी सोस्ने, मारकविषवर्ग-ज्यान मारिहाल्ने विष, लागूपदार्थं-नशाकारक, काढापानी-काँढापानी, सूक्ष्म-आँखालेनदेखिने, द्रव-पानीजस्तोपातलो,विपाक-जठराग्निबाट पचेर षड्रस निक्लेको, क्षार-खरो वा खारा, प्रभाव-द्रव्यशक्ति, कटु-पीरो, कषाय-टर्रो, मधुर-गुलियो, शुष्कद्रव्य-सुकेको चीज, आँसु- शरीरको रस आँखाबाट झर्नु, उष्ण-गरम, शीत-शीतल, कर्कश-कठोर, सर-पखाला वा अस्थिर, तीक्ष्णपदार्थ-रसरक्तधातुलाई सुकाउने, गुरु-भारी, विष-प्राणहरण गर्ने पदार्थ, मादक-मदकारक, अभिष्यन्दी-कफकारकपदार्थ जस्तो दही, योगवाही-आफ्नो साथ मिलाउने पदार्थ जस्तो घिउ/तेल/पारा/ मह, रूक्ष-रूखो, स्निग्ध-चिल्लो, लघु-हलुको वा अत्यन्त पथ्यकारक, विदाही- छिटो नपच्ने, प्रमाथि-एक्लै दोष निकाल्ने जस्तो बोझो, रसायन-बुढौली र रोग नाश गर्ने जस्तो शिलाजीत, शुक्रल-वीर्यवृद्धि जस्तो काउसोबीज, वाजीकर-वीर्य भरपूर बनाउने जस्तो मुसली/कुरिलो/अश्वगन्धा वा स्त्रीसम्भोगमा वीर्यको रोक्ने जस्तो अफिम/जाइफल/गाँजा, ग्राही-स्वअग्निको द्वीपन गर्नु वा कच्चालाई पकाउनु, वमन-आमाशयमा गएको खानालाई मुखबाट बाहिर निकाल्नु, भेदन-मलमूत्रदि दोष गुदाबाट बाहिर निकाल्नु जस्तो कुट्की, अनुलोमन-वात/पित्त/कफ भित्रै पकाएर गुदाबाट बाहिर निकाल्ने जस्तो हर्रो, लेखन-जस्तो उष्णजल/बोझो/इन्द्रजौ, शमन वा शामक-तीन दोषलाई शमन गर्ने वा दोष घट-बढ नगर्ने, पाचन-पचाउने, द्वीपन/पचन- अग्नि बढाएर पचाउने, आलेप-लिप्त/लेप/लेपन गर्ने, उपधातु सात-अभ्रक/सुवर्णमाक्षिक/मैनशील/हरताल/खपरिया/रोप्यमाक्षिक/निलोतुथो,मित्रपञ्चक-घिउ/मह/सुहागा/गुञ्जा/गुग्गुल बराबरभाग, निरुत्थभस्म-मित्रपञ्चक जलाएर फेरि जिउँदो नहुने भस्म, भस्म- शास्त्रीय विधि अनुसार शोधन/मारण गरी अग्निमा धेरै पटक पुटपाक पोलेको खरानी, आयुर्वेद-आयु ज्ञानबाट सदा स्वस्थ रहने पद्धति, विषय-रूप/रस/गन्ध/स्पर्श/शब्द, आयु-शरीर/इन्द्रिय/मन/आत्माको संयोग, शारीरिकदोष-वात/पित्त/कफ, मानसिक दोष-राजसी/तामसी, द्रव्यगुण-गुरु/लघु, कर्म-आयुर्वेदीय काम, प्राणिजद्रव्य-प्राणीहरूबाट पैदा हुने जस्तो दूध/मह/गोरोचन, पञ्चलवण-सञ्चरनुन/सेन्धानुन/कालानुन/बिडनुन/समुद्रनुन, अष्टमूत्र-गाई/बाखी/भेडी/भैंसी/उँटिनी/हथिनी/गधिनी, चिकित्सापाद-वैद्य/औषधि/ सेवक/रोगी, वैद्यको पाँच गुण-शास्त्रमा पारंगतता/बहुदर्शिता/उपाय खोज्ने/चतुरता/शान्त, स्वास्थ्य-वातपित्तकफको समानता, रोग-वातपित्तकफको असमानता, औषधिको पाँच गुण-परिपक्व/ताजा/शुद्धता/ भण्डारण/खुवाई, सेवकको पाँच

**गुण**-रोगीभक्त/सेवा/चतुराईं/सुश्रुषाज्ञान/युक्ति, **मूलप्रधानऔषधि**-जरा लिने, चार **स्नेहन**-तेल/घिउ/बोसो/मज्जा, **प्रार्थिवद्रव्य**-खनिजद्रव्य, **फलप्रधान औषधि**- फलमात्र लिने, **आप्तागम**-लोकपरम्पराको शास्त्र, **रोगीको पाँच गुण**-आत्मविश्वास/आज्ञापालन/धैर्यता/निर्भयता/स्मरणशक्ति, **साध्य**-छिटो सञ्चो हुने रोग, कष्टसाध्य-कष्ट भएर पनि सञ्चो हुने, **असाध्यरोग**-रोग कहिल्यै सञ्चो नहुने, **अचिकित्स्य**- चिकित्सा नै नभएको, **पञ्चपरीक्षा**-तपस्या/अनुभव/प्रत्यक्ष/अनुमान/युक्ति, **याप्य**-असाध्यरोगमा चिकित्सा गर्दा केही आराम हुने, **त्रिदोषज**-तीन वटै दोष बढ्ने, **प्रत्यक्षज्ञान**-इन्द्रिय ज्ञान, **अनुमान**-रोग लक्षण/कार्य/खानापान/स्थानको आधारमा अन्दाजा लगाउने, **युक्ति**-जुक्ति र बुद्धि लगाउने, त्रिविध **बल**-स्वाभाविक बल/ऋतुविशेष कालकृत बल/युक्तिकृत बल, **तीनरोग**-शरीरगतरोग/आगन्तुकरोग/मानसिकरोग, **तीन वैद्य**-छद्मचर वैद्य/गुणयुक्त र सिद्धसाधित वैद्य, **रसक्षय**-शरीरमा रसको मात्रा सुकेर जाने, **रक्तक्षय**-रगत नाश हुँदै जाने, **मांसक्षय**-मासु कम हुँदै जाने, **मेदक्षय**-शरीरको बोसो घट्दै जाने, **मज्जाक्षय**- हाडभित्रको मासी घट्दै जाने, **अस्थिक्षय**-हाड खिइनु, **शुक्रक्षय**-वीर्य घट्दै जानु, **मूत्रक्षय**-पिसाब कम हुनु, **बिष्ठाक्षय**- शरीरको मल क्षय हुनु, **ओजक्षय**-सप्ताधातुको सार क्षय हुँदै जाने, **निदान**-रोग उत्पत्तिको कारण पत्ता लगाउने, **पूर्वरूप**-रोग लाग्नुभन्दा अगाडिको अवस्थालाई जान्ने, **रूप**-रोग लागे पछिको लक्षण, **चारअग्नि**-मन्द/सम/तीक्ष्ण/विषम, **कायिकरोग**-शरीरगत रोग, **पियुषपाणि वैद्य**-आएका बिरामी सबै सञ्चो हुने, **त्वचा**-छाला, **रन्ध्र**-स्त्रीमा १२ र पुरुषमा ९ प्वाल हुने, **पुरूष यौनाङ्ग**-गुला र लिङ्ग वा लाँडो, **स्त्रीगुप्ताङ्ग**-स्तन र योनि वा पुती, **फुसी**-महिला उत्तेजित हुँदा निस्कने चिप्लो-चिल्लो पदार्थ, **जाँठा**-स्त्रीयोनिको वरिपरि रहने र पुरूष लिङ्गको जरातिर र अण्डकोशमा भएको रौं, **मुजी**-अनावश्यक वीर्यपात, **चिकनी**-सन्तानहेतु सम्भोगक्रिया, **मर्म**-शिरा/सन्धि/स्नायु/मासु र हाड रहेको १०७ मर्मस्थान, **शिरा**-नाभिमा हुने नसा, **स्नायु**-हाड/मासु र सन्धिमा बाँधिएका नसा, **धमनी**-नाडी, **उपद्रव**-मुख्यरोगसँगै अर्को रोग लाग्नु, **त्रिजात**-तेजपात/दालचिनी/अलैंची, **रञ्जकपित्त**-रगत बनाउने पित्त, **आलोचकपित्त**-आँखा देखाउने पित्त, **रिष्ट**-मृत्यूको लक्षण, **मांशपेशी**-मासुको टुक्रा, **चुक्र**-मधुरद्रव्य, **तुषाम्बु**-जौ जाँड, **लाजामण्ड**-धान भुटेर पकाएको माँड, **पञ्चमहाभूत**-आकाश/वायु/अग्नि/जल/पृथिवी, **रसनपित्त**-कण्ठमा रहने कफ, **संश्लेषण कफ**-जोर्नीमा रहने कफ, **अवलम्बन कफ**-हृदयमा रहने कफ, **स्नेहन कफ**-मस्तकमा रहने कफ, **दोषहरूको तीन अवस्था**-१) क्षय वा घट्ने २) वृद्धि वा बढ्ने ३) स्थिति वा समान रूपमा रहने, **दोषहरूको छ गति**-१) ऊर्ध्व वा माथि जाने २) अध वा तल जाने ३) तिर्यक वा तेर्सो जाने, ४) पाचनप्रणालीमा जाने ५) रसरक्तादि सातधातु र छालामा जाने, ६) मर्मस्थान र हाड अनि सन्धिमा जाने, **दोषहरूको कालकृत तीन गति**-१) वर्षाऋतुमा कफ सञ्चय हुने २) शरदऋतुमा पित्त कोप हुने ३) हेमन्तऋतुमा वात शान्त हुने, **क्लेदन कफ**-आमाशयमा रहने कफ, पाचकपित्त-भक्ष्य/भोज्य/लेह्य र चोष्य चारप्रकारको अन्न पचाउने पित्त, भ्राजकपित्त-छालामा रहने पित्त, साधकपित्त-मेधाधारण शक्ति, **प्रकृतिस्थ वायु**-प्राणीहरूको प्राण, **प्रकृतिस्थपित्त**-समभाव पित्त, **प्रकृतिस्थ कफ**-बल हो र विकृतकफ मल हो, **तेह्रबेग**-मल/मूत्र/शुक्र/निद्रा/आच्छ्युँ/श्वास/पाध/डकार/हाई/भोक/प्यास/आँसु/वमन, **सुःख**-आरोग्य, **दुःख**-रोग, **चिकित्सा**-बिग्रेको विषमदोषलाई समाप्त गर्नु, **वातनाशकरस**-वादी शान्त हुनु, **पित्तनाशकरस**- पित्त शान्त हुनु, **कफनाशकरस**-कफशान्त हुनु, **द्विदोषज**-दुई दोषले सताउनु, **त्रिदोषज**-तीनदोषले ग्रस्त पार्नु, **एकलदोष**-एक दोषले समात्नु, **नौ कारणबाट रोग लाग्ने**- १) कर्मको अतियोग २) कर्मको अयोग ३) कर्मको मिथ्यायोग ४) कालको अतियोग ५) काल अयोग ६) काल मिथ्यायोग ७) इन्द्रिय विषयको अतियोग ८) इन्द्रिय विषयको अयोग ९) इन्द्रिय विषयको मिथ्यायोग, **तीनतरहका रोग**-१) त्रिदोषज सिद्धान्तको आधारमा हुने २) आगन्तुकरोग वा आकस्मिक घटना घटेर शरीर लथालिङ्ग हुनु वा घाउ-चोट लाग्नु ३) मानसिक कारण, **रोगको तीन प्रमुखस्थान**-१) मर्मअस्थि र सन्धि २) सातधातु र त्वचा, ३) कोष्ठको, **समाग्नि**-खाएपछि राम्रोसँग पच्ने, **विषमाग्नि**-वातको

कारण अग्नि चलायमान भई धेरै अग्नि जागृत हुनु, **तीक्ष्णाग्नि**-पित्तको कारण अग्निले आरामसँग पचाउने, **मन्दाग्नि**-कफको कारण आहार चिसोले नपच्नु, **रस**-भोजन पचेपछिको सार, **मर्म**-शिरा/स्नायु/सन्धि/मासु/हड्डी मिलेको ठाउँ १०७ मर्मस्थान, **सन्धि**-२१० जोड वा जोर्नीस्थान २१० ठाउँमा, **स्वभाविकरोग**- स्वस्वभावबाट हुने रोग, **महामारी**-संक्रमणकारीरोग व्यापक फैलिनु, **सरुवारोग**-एक अर्कोमा रोग छिटो सर्दै जाने, **प्रतिनिधि**-समान **गुण-धर्म-कर्म**को अर्को औषधि, **पञ्चकोल**-पिप्ला वा पिप्लामूल/कालीमरिच/चव्य/चितु/सुठो, **आयु**-शरीर र प्राणको संयोग, **मृत्यु**-शरीर र प्राणको वियोग, **व्यानवायु**-सारा शरीरमा घुम्ने वायु, **उदानवायु**-गलामा रहने वायु, **अपानवायु**-पक्वाशयमा रहने वायु, **समानवायु**-आमाशय र पक्वाशयमा रहने वायु, **प्राणवायु**-मुखमा रहेर प्राणको धारण गरिरहने वायु, **एकादश इन्द्रिय**-मन, **पाँच ज्ञानेन्द्रिय**-आँखा/कान/नाक/त्वचा/जिब्रो, **पाँच कर्मेन्द्रिय**-मुख/हात/खुट्टा वा गोडा/गुदा/मूत्रनली, **जीवबन्धन**-अज्ञानता, **षोड्श विकार**-पञ्चमहाभूत र एकादश इन्द्रिय, **पञ्चतृण**-कुश/ काँश/सिरु/उखु/कुश, **त्रिमद**-चितु/मोथे/वायुविडङ्ग, **अष्टवर्ग**-ऋद्धि/वृद्ध/काकोली/क्षीरकाकोली/जीवक/ ऋषभक/ मेदा/महामेदा, **मन्थ**-आठतोला औषधि कुटेर ३२ तोला शीतल जलमा भिजाउन माटोको भाँडोमा हाल्ने, अब आठतोला औषधि राखी रुईको सहायताले मथ्ने जबसम्म फिँज आउँदैन अब छानेर महीजस्तो दबाई पानी पिउने इत्यादि ।

## ह्रस्व र दीर्घ गर्ने केही मौलिक शब्दहरू

**१) नेपाली जनजिब्रोले पचाएका परम्परामा चलनचल्तीमा परेका केही मौलिक शब्दहरू ह्रस्व वा दीर्घ हुन गएका छन् ।**

**२) संस्कृतलगायत अन्यभाषाबाट आएका तत्सम शब्दहरू जस्ताको त्यस्तै राखिएका छन् ।**

**३) आयुर्वेदिक जडीबुटी-द्रव्यहरूका नाम स्थानअनुसारका परेका छन् ।**

**४) शब्दकोशका कोशकारहरूले आयुर्वेदिक-जडीबुटी ज्ञान-विज्ञान नजानेका र देशभ्रमण नगरेका मौलिक शब्द नपाएका कारण नराखिएको वा आफ्नो ग्रन्थमा उल्लेख नगरेका धेरै शब्दहरू महारसनिघण्टुमा समावेश छन् ।**

**५) विद्यालय/कलेजमा शिक्षक-प्राध्यापकज्यूहरूले नपढाएका, विद्यार्थीले पढ्न नपाएका र पुस्तकमा कहीं-कतै नभएका धेरै विषयवस्तुहरू यो ग्रन्थमा समेटिएका छन् ।**

**६) ह्रस्व वा दीर्घ बोलेको देखेर, सुनेर, लेख्ने/बोल्ने बानी परेर प्रयोगात्मक विधिले लेखिएका छन् :**

**हल्का मिठो : कता कतै मिठो मिसिएको हो कि जस्तो लाग्छ अरू स्वादमा हदसम्म रहेको ।**

**केही मिठो : अरू स्वाद मिसिएको खाए पछि केही मिठो हुन्छ ।**

**मिठो : सामान्य मिठो खाए पछि मिठास आउने ।**

**मीठो : बेस्सरी मिठो हुने वा बास्नाद्वारा पत्ता लाग्ने अति स्वादिष्ठ लाग्छ ।**

**हल्का तितो : कतै-कता तितो जस्तो लाग्छ अरू स्वादमा केही तितोपन मिसिएको ।**

**केही तितो : अन्य स्वाद मिसिएको खाए पछि केही तितो लाग्छ ।**

**तितो : तितो स्वाद प्रष्ट आउने जिब्रोको टुप्पोले स्वाद चाल पाउँछ ।**

**तीतो : बास्नाद्वारा महसुस हुने-जिब्रोको फेदसम्म द्वाक्कै अति वा धेरै तीतो लाग्छ ।**

**हल्का पिरो** : कता-कतै पिरोझैं लाग्छ।

**केही पिरो** : अरू स्वादको पत्ता लाग्छ केही हो कि जस्तो लाग्ने।

**पिरो** : स्पष्ट पिरोको स्वाद आउने जिब्रोले थाहा पाउने सामान्य

**पीरो** : धेरै वा उत्तेजक अति पोल्ने।

**गुलियो** : सामान्य मिठो अलिकति मिठास भइरहने।

**गुलीयो** : अति वा अच्चकाली स्वादिलो मुखभरि गुलियो गद्छ।

**नुनिलो** : ठीक्क वा सामान्य र सहज नुनिलो लाग्छ।

**नुनीलो** : धेरै वा चर्को वा चौपट कडा नुन्याइलो लाग्छ।

**कम नुनिलो** : अलिनो वा मलिनो वा बिलिनो नुन भएको।

**हल्का अमिलो** : कता-कतै अमिलो हो कि जस्तो लाग्छ।

**केही अमिलो** : अरू स्वादमा मिसिएको केही अमिलो लाग्छ।

**अमिलो** : सामान्य अमिलो लाग्छ जसले मुख रसाइरहन्छ॥

**अमीलो** : अति वा जिब्रो नै टट्टाउने एकदम चर्को उत्तेजक अम्ल स्वादको लाग्छ।

**वर्ण** : रङ

**रगते/रगत वर्णको** : रगतसमान रङको वा रक्तवर्णको हुने।

**पहेँलो रङ** : हल्का वा केही पातलो पहेँलो अथवा सामान्य पहेँलो-पीतवर्णको।

**सुनौलो रङ** : धेरै पहेँलो वा गाढा पहेँलो सुनझैं स्वर्ण वर्णको हुन्छ।

**प्याजी/प्याजी रङ** : हल्का रातो-सेतो मिसिएको।

**बैजनी वर्ण** : भन्टा रङको वा केही निलो र प्याजी मिसिएको रहने।

**निलो वर्ण वा निलो रङको** : सामान्य निलो रङको हुने।

**हल्का निलो** : कता-कतै निलो जस्तो हुने निलो रङ वा निलो वर्णको भनिएको छ।

**केही निलो** : अरू रङमा केही निलो वर्णको मिसिएको रहने।

**नीलो/नीर** : धेरै वा एकदम गाढा अति चम्किलो विशुद्ध नीलो भएको हुने।

**नशा** : मात लाग्ने वा मदकारक।

**नसा** : शरीरमा फैलिएका रक्तवाहिनी नली।

**काच्चै वा काच्चो** : काँचो।

**अधकच्चा वा आधा पाकेको** : आधाकाँचो

**काँणा/काँणादार** : काँडा वा काँडादार।

ध्यान आकर्षण : स्वादमा धेरै वा अति लेख्न पाएको भए मीठो, तीतो, अमीलो, पीरो, गुलीयो, नुनीलो लेख्नुपर्ने थिएन। रङ वा वर्णमा पनि अति वा धेरै शब्द प्रयोग गरेको भए नीलो वा नीर लेखिन्थ्यो।

|  |  |  |  |
|---|---|---|---|
| शिरोगत रोग | -टाउको सम्वन्धिरोग | कर्णगत रोग | -कानसम्वन्धीरोग |
| शिरःशूल | -टाउकोमा सोला हान्ने | कर्णशूल | -कानमा सोला हान्ने |
| अर्धावभेदक | -आधासीसी वा आधाशिरदर्द | ऋतुधर्मनियामक | -नियमित महिनावारि हुने |
| केशखालित्य | -कपाल खुइलिएको | नासागत रोग | -नाकको रोग |
| केशपालित्य | -कपाल फुलेको | प्रतिश्याय | -मर्की वा रूघा बिग्रेको |
| सूर्यावर्त | -माइग्रेन | पिनास | -श्वास प्रश्वास समस्या |
| कुपोषित मस्तकतन्त्रिका | -पोषण नपुग्नु | स्त्रीधर्मपालक | -स्त्रीरोगहरूबाट बचाउने |
| केशकृष्णीकरणार्थ क्रिया | -कपाल कालो गर्ने | मुखगत रोग | -मुखका रोग |
| केशइन्द्रलुप्त | -केश हराउनु | रञ्जक | -रङ्गाउने |
| शीतपित्त | -ठण्डक पित्त | दन्तरोग | -दाँतका रोग |
| केशरोग वा केश्यरोग | -कपालको रोग | राजयक्ष्मा | -शरीर क्षयीकरण |
| मस्तिष्क रोग | -दिमागी वा मस्तकरोग | वक्षगत रोग | -छातीका रोग |
| शिरोगतकृमि | -टाउकाको जुका | कास रोग | -फुको खोकी |
| रोगी हुनु | -बिरामी पर्नु | फुफ्फुस शोथ | - फोक्सो सुन्निएको |
| शिरोव्रण | -शिरमा घाउ | स्तन्यशोधन | -दूध शुद्ध गर्ने |
| केशवृद्धिहेतु प्रयासरत | -कपाल बढाउन प्रयत्नरत | क्षय रोग | -अङ्ग क्षयीकरण हुने |
| सर्वाङ्गशोथ | -समस्त शरीर सुन्निनु | श्वासनलिका शोथ | -श्वासनलि सुन्निने |
| विषचिकित्सा | -विषबाट बच्ने उपचार | श्वासकष्ट | -सास फेर्न गाह्रो |
| दौर्बल्यरोग | -दुब्लाउँदै जाने | श्वासनलिका प्रदाह | -श्वासनलिमा जलन |
| अग्निदग्ध | - आगोले पोल्नु | कुक्कुर कास | -कुकुर खोकी |
| नेत्रक्षत | -आँखा च्यातिनु | फुफ्फुस विकार | -फोक्सो विकार |
| दृष्टिमांद्य/दृष्टि दौर्बल्य | -कमजोर दृष्टि | वीर्यस्राव | -वीर्य चुहिरहने |
| आमवातजशूल | -शरीर सुन्निएर घोच्ने | रजःस्राव | -रज बग्ने (मासिकस्राव) |
| परजीवि कृमि | -मनुष्य शरीरमा बाँच्ने कृमि | हृदयगत रोग | -मुटुसम्बन्धी रोग |
| गतिशील अङ्ग | - मुटु, फोक्सो, मृगौला | ह्र्यशूल वा हृदयशूल | -मुटु खाने |
| नेत्रस्राव | - आँखाबाट पानी बगिरहने | मासिक अधर्म | - महिनावारी अनियमित |
| शैथिल्य | -शिथिल वा काम गर्न नसक्ने अवस्था | मासिक धर्म | - मासिकस्राव नियमित हुने |

| | | |
|---|---|---|
| अंगघात | पक्षाघात | Paralysis |
| अग्निदग्ध | आगोले पोल्ने | Burn |
| अग्निमांद्य | मन्दाग्नि/अग्निमन्द | Dyspepsia |
| अग्निदीपन | पाचक/पचाउने शक्ति | Digestive Energy |
| अचक्षुष्य | आँखा खराब गर्ने | Bad for eyes/ Eye disorder |
| अजीर्ण वा अपच | नपच्ने | Dyspepsia |
| अण्डकोष वृद्धि | अण्डकोष ठूलो हुने | Hydrocele |
| अण्डकोष शोथ | गुला सुन्निएको | Orchitis |
| अतिसार | पखाला | Diarrhoea |
| अति रजःस्राव | धेरै मासिकस्राव | Metrorrhagia |
| अर्दित | मुखको अंगवात | Facial paralysis |
| अनार्तव | मासिक धर्ममा रगत नदेखिने | Amenorrhea |
| अपस्मार | छारे/मृगी | Epilepsy |
| अफारा | वायुगोला/गानोगोला | Flatulence |
| अर्बुदघ्न/अर्बुदनाशक | अर्बुदहर | Antitumour-Cancer cut/ Treatment of Tumour |
| अंभ्यग/मर्दनम् | मालिस | Massage |
| अरति रोग | विनाविश्राम | Restlessness |
| अरुचि | खाना नरुच्नु | Anorexia |
| अवसादक | हीनतावोध गराउने | Depressant |
| अर्श | हर्षा/पाइल्स | Piles-Haemorrhoid |
| अस्थिसंधिगत रोग | हाड-जोर्नीवाथ/अङ्गशोथ | Musculoskeletal diseases |
| अस्थिच्युति | हाडच्यातिनु/हाड फुट्नु | Bone Dislocation |
| अस्थिभग्न | हाड भाँचिनु/हड्डी टुक्रिनु | Bone fracture |
| आंत्रकृमि | आन्द्राको जुका | Intestinal worms |
| गुल्म/वायुदोष | गानोगोला/वायुगोला | Flatulence |
| आंत्रगत रक्तस्राव | आन्द्राबाट रगत आउने | Intestinal bleeding |
| आन्त्र संक्रमण | आन्द्राको सङ्क्रमण | Intestinal infection |
| आर्तव विकार | नछुनी नहुने/मासिकअधर्म | Menstrual disorder |
| आध्मान | वायुशूल (पेट फुल्नु) | Flatulance |
| आधासीसी | आधा कपाल दर्द | Migraine |
| हृदयवात | मुटुवात/दूषित वायुले हाडदुख्ने | Rheumatoid arthritis |
| आमाशय-व्रण | आमाशयमा घाउ हुने | Gastric ulcer |
| अत्यधिक अम्लपित्त | धेरै अमिलो पानी आउने | Hyperacidity |
| इन्द्रिय दौर्बल्य | अङ्ग कमजोरी | Sensory debility |
| इन्द्रलुप्त | कपाल खुइलिने वा पूरै झरेको | Alopecia |

| | | |
|---|---|---|
| उच्चरक्तचापरोधी | उच्चरक्तचाप रोक्ने | Antihyperlipidemic |
| उच्चरक्तगत वसा | बोसो बढेको उच्चरक्तचापरोगी | Hyperglycemia |
| उच्चरक्तचाप | रक्तचाप बढ्नु | Hypertension |
| उत्तेजक | जोस्याउने/उत्तेजना दिने | Stimulant |
| उदरगत वा उदररोग | पेटका रोग | Abdominal disease |
| उन्माद | पागलपन | Insanity |
| उष्णवात | सुजाक | Gonorrhoea |
| कण्ठ शोथ | गला-घाँटी सुन्निएको | Inflammation of throat |
| कटिशूल | कटिमा घोच्ने-पीडादायक दर्द | Lumbago |
| कटिस्नायु क्षत | गृध्रसी वात | Sciatic nerve injury |
| कर्णरोग | कानको रोग | Ear disease |
| कफस्राव/कफवृद्धि | कफ निस्किने | Productive cough |
| कफरहित | कफ घट्नु | No cough |
| कमला, कामला | कमलपित्त | Jaundice |
| कास | खोकी | Cough |
| कृमिघ्न | जुका मार्ने | Antihelmintic |
| कुक्कुर खाँसी | कुकुर खोकी | Whooping cough |
| कुष्ठरोग | कोढ/कुष्ठ | Leprosy |
| कुष्ठरोधी | कुष्ठ नहुने | Anti leprotic |
| कुवडापन | कुप्रो | Kyphosis |
| केशघ्न | कपाल राम्रो पार्ने | Anti trichromatic |
| केश्यरोग | कपालको रोग | Trichogenous |
| गठिया | गाँठ | Arthritis |
| गण्डमाला | गाँण/गाँड | Scrofula |
| गर्भस्थापक | गर्भ रहने | Conception promotor |
| गर्भपातकारक | गर्भपात गराउने | Abortifacient |
| गर्भनिरोधक | गर्भ नबस्ने | Contraceptive/Contraception |
| ग्रहणी दोष | ग्रहणी | Vitiation of Duodenum |
| गुदभ्रंश | गुदा च्यातिनु निस्कनु/वेर्नु | Rectal prolapse |
| छर्दि | वमन | Vomiting |
| जीवाणुरोधी क्रिया | जीवाणु नहुने | Antibacterial |
| ज्वर | ज्वरो | Fever |
| ज्वरघ्न | ज्वर हटाउने | Febrifuge |
| ज्वरातिसार | ज्वरो र अति पखाला | Fever associated with diarrhoea |
| जन्तुघ्न | क्रिमिनाशक | Antiworm |

| | | |
|---|---|---|
| जठराग्नि | विशेष अग्नि (पाचक रस) | Digestive vigour |
| जलसंत्रास | पानीदेखि तर्सने वा डाराउने | Hydrophobia |
| जलोदर | पेटमा पानी जम्ने | Ascites |
| जीर्ण अतिसार | पुरानो पखाला | Chronic diarrhoea |
| जीर्ण विबन्ध | पुरानो घोर कब्ज | Chronic constipation |
| त्वक्विकार | छालाको विकार | Dermatological disease |
| त्वचार्बुद | छाला क्यान्सर | Melanoma |
| तृष्णा | तिर्खा | Dipsia |
| तीक्ष्ण | तिखो | Penetrative |
| तुण्डिकेरी वा तुण्डिकाशोथ | टन्सिल | Tonsillitis |
| दंतमूलगत स्राव | दाँतबाट पीप आउने | Gum bleeding |
| दन्तशूल | दाँत दुख्नु | Dentalgia |
| दन्तक्षय | दाँत नाश हुँदै जाने | Tooth decay |
| दंतकृमि | दाँतको कीरा | Dental caries |
| दद्रु | दाद | Ringworm |
| दमा | दम | Bronchial asthma |
| दौर्गन्धनाशक | दुर्गन्ध हटाउने | Deodorant |
| धनुस्तम्भ | धनुसमान बाङ्गिने | Tetanus |
| धातु विकार | वीर्य पातलो वा रोगसहितको वीर्य | Vitiation of tissue |
| नकसीर | नाकबाट रगत आउने | Epistaxis |
| नपुंसकता | लिङ्ग कमजोर वा विनावीर्यको | Impotency |
| नस्य/नास्य | नस | Errhine |
| नाडी व्रण | पिनासे घाउ | Sinus Ulcer |
| नासूर | पिनास | Sinus |
| निद्रानाश | निन्द्रा नलाग्नु | Insomnia |
| निन्द्राकर | निन्द्रा लगाउने | Hypnotic |
| निम्नरक्तचापकारक | रक्तचाप घटाउने | Hypotension |
| नेत्रस्राव | आँखाबाट पानी बग्नु | Watery eyes/discahrge from eye |
| नेत्र रोग | आँखा रोग | Ophthalmic diseases |
| प्लेग | महामारी विपत्ति रोग | Plague |
| पत्थरी/अश्मरी | पत्थरी | Calculus |
| पादशोथ | पैताला सुन्निनु | Pedal edema |
| पाददाह | पैताला जलन (पोल्नु) | Burning sensation in feet |
| पादस्फुटन | पैताला चिरिने | Cracking of sole |
| रक्ताल्पता/पाण्डु | रगतको कमी | Anaemia |

| | | |
|---|---|---|
| पामा | लुत्तो/लुतो वा छाला चिलाउने | Scabies |
| शक्तिवर्धक/पोषक | पोषण/पौष्टिक | Nutritive |
| प्रतिरक्षात्मक प्रभाव आइरहने | जीवनीयतत्त्वरक्षक | Immune promoter |
| प्रसवकारक | बच्चा निकाल्ने | Labour promoter |
| रक्तप्रदर/श्वेतप्रदर | सेतो वा रातो पानी बग्ने | Leucorrhoea |
| प्रवाहिका | आँउसहित आमअतिसार | Dysentery |
| प्रसूता शूल | प्रसूति | Post partum pain |
| मेह/प्रमेह | प्रमेह | Urinary disorder/Diabetes |
| पित्तरेचक | पित्तस्राव गराउने | Cholagogue |
| पित्तजअम्ल | चुकिलो पानी आइरहने | Bile acids |
| बलकारक/पुष्टिकर | शक्ति दिने वा बल वढाउने | Nutritive |
| मूत्रकृच्छ्र | थोपा-थोपा पिसाब मुत्ने | Dysuria associated |
| फिरङ्गी | फिरिङ्गी-भिरिङ्गी-यौनरोग | Syphilis |
| फीताकृमि | चेप्टो जुका | Tapeworm |
| फुफ्फुस शोथ | फोक्सो सुन्निनु | Pneumonitis |
| फोडे-फुन्सी | डण्डिफोर र विबिरा | Furuncles |
| बलकारक/बल्य | बल वढाइरहने | Tonic |
| बहुमूत्रता | धेरै पिसाब लाग्ने | Polyuria |
| वाजीकारक | लिङ्ग उत्तेजक पार्ने | Aphrodisiac |
| वाधिर्य | बहिरोपन | Deafness |
| वालज्वर | केटाकेटी ज्वर | Fever in children |
| वृहदान्त्र व्रण | सङ्ग्रहणी | Ulcerative colitis |
| भंगदर | अर्शको टुसा/गुदद्वारको नाडीव्रण | Fistula in ano |
| मंदाग्नि | अग्नि कम हुनु/अपच-अजीर्ण | Indigestion |
| मधुमेह | चिनीरोग | Progressive stage of diabetes |
| मलाशयगत शोथ | गुदाक्षेत्र सुन्निएको | Rectal inflammation |
| मुख शोष | मुख सुक्नु | Dryness of mouth/xerostomia |
| मुखपाक | मुख पाकेको | Stomatitis |
| मुख दौर्गन्ध | मुख गन्हाएको | Halitosis |
| मुख रोग | मुखको रोग | Oropharungeal diseases |
| मृदु विरेचक | हल्का दिसा लाग्ने | Light catharsis |
| मृदुकारी | नरम वा मुलायम बनाउने | Emollient |
| मूर्च्छा | बेहोस पर्ने | Syncope |
| मूढगर्भ | टाउको तल परी जन्मने (विकृत आसनमा बसेको गर्भ | Obstructed labour |

| | | |
|---|---|---|
| मूत्रल | पिसाब लाग्ने | Diuretic |
| मूत्राघात | पिसाबको वेग वा बोझ बढ्ने | Anuria |
| मूत्राशय शोथ | लिंग वा अण्डकोष सुन्निनु | Cystitis |
| मूत्रमार्गगत स्राव | धातुरोग वा धातुस्राव | Urethral discharge |
| मूत्रातिसार | पिसाब लागिरहनु | Polyuria |
| मूत्राश्मरी | मूत्राशयको पत्थरी | Urinary calculi |
| मूत्रजनक | पिसाब लाग्ने वा खुल्ने | Uriniferous |
| मेदो रोग | मोटोपन बढ्दै जाने | Obesity |
| मेध्यशक्तिवृद्धि | स्मरणशक्ति बढाउने-बुद्धिवर्धक | Intellectual/brain Tonic/Nootropic |
| यकृत विषाक्तता | कलेजोको विकार (विष बढ्ने) | Hepatotoxic |
| यकृत प्लीहागत रोग | बिग्रिएको कमलपित्त-हेपाटाइटिसहरू | Hepatosplenic disease |
| यकृत निष्क्रियता | कलेजो शिथिल हुनु | Hepatic diseases |
| यकृत काठिन्य | कठोर कलेजो | Liver cirrhosis |
| यकृत अर्बुद | कलेजोको क्यान्सर | Liver cancer |
| योनि दौर्गन्ध्य | योनि गन्हाउने | Foul vaginal smell |
| योनिशूल | योनिशूल | Vaginodynia |
| योनिशोथ | योनि सुन्निनु | Vaginitis |
| योनिस्राव | योनिबाट अनेकौं रोगीपानी बग्ने | Vaginal discharge |
| योषापस्मार | योनिरोगले मूर्च्छा | Hysteria |
| रक्तशोधक/रक्तशुद्धि | रगत राम्रो गर्ने वा शुद्धि पार्ने | Blood purifier |
| रक्तदोष | रगत विकार | Blood vitiation |
| परम रसायन/रसायन | पुनर्यौवनदायक | Rejuvenating/Rejuvenate |
| रतौंधी | राती नदेख्ने | Night blindness |
| रजोनिवृत्ति | मासिकधर्म सुकेको | Menopause |
| रजःप्रवर्तिनी | रोकिएकोलाई स्राव गराउने | Emmenagogue |
| राजयक्ष्मा | क्षयरोग | Tuberculosis |
| रेचन/रेचक/विरेचक | छेर्ने/पखाला गराउने | Purgative |
| लिङ्गपाक | लिङ्ग पाक्ने | Suppuration of penis |
| व्रणरोपक/व्रणपूरक | घाउ भर्ने | Wound healing |
| दग्धव्रण | पोलेको घाउ | Burn |
| वातरक्त | रक्तवात | Gout hit |
| विचर्चिका | दाद/एक्जिमा | Psoriasis |
| विशुद्ध | धेरै शुद्ध | 100% Pure |
| विषघ्न | विषनाशक | Alexetric/Anti Poison |
| विषाक्त | विजातीयद्रव्य, विषले भरिएको | Toxic |

| | | |
|---|---|---|
| वर्णशोधक | वर्ण शुद्ध गर्ने | Depurative |
| विषमज्वर | विषमज्वरो | Malaria |
| वस्तिशोधन | मूत्रल | Urinary bladder depuration |
| विसूचिका | हैजा | Cholera |
| वीर्यस्तंभन | वीर्य स्राव रोक्ने | Spermatic styptic |
| वीर्यस्राव | वीर्यपात | Spermatorrhea |
| वेदनास्थापक/वेदनाहर | पीडाहर | Analgesic |
| श्वासनलिका संकोचक | श्वासनली खुम्च्याउने | Bronchoconstrictor |
| श्वासनलिकाशोथ | श्वासनली सुन्निएको | Bronchitis |
| श्लीपद | हात्तीपाइले | Filaria |
| श्वेतप्रदर वा रक्तप्रदर | सेतो वा रातो पानी बग्ने | Leucorrhoea/Leukorrhea |
| श्लैष्मिक पदार्थ | लसादार वा चिफ्लोपन आउने पदार्थ वस्तु | Mucilage |
| शंखवात | कहिले-कहिले दुख्ने वाथ | Severe temporal pain |
| शीतनाशक | शीतलता हटाउने | Anti refrigerant |
| शीतज्वर | चिसोबाट हुने ज्वर | Fever with chills |
| शीघ्रपतन | छिटो रजवीर्यस्खलन | Premature ejaculation |
| शुक्रदौर्बल्य | शुक्रको कमी | Sperm debility |
| शुक्रल | धेरै वीर्य उत्पन्न गर्ने, बढाउने | Spermatic |
| शुक्रमेह | शुक्र चुहावट | Spermatorrhoea |
| शुक्ररोग | बीजाणु नबन्नेरोग | Spermatic diseases |
| शुक्रग्रन्थि शोथ | शुक्रबाहिनी नलि सुन्निएको | Testitis |
| शुष्क कास | सुक्खा खोकी | Dry cough |
| शुक्रकारक | वीर्य वृद्धि गर्ने | Spermatogenesis |
| शूलघ्न | शूल नउठ्ने | Analgesic |
| शूल | शूल | Colic |
| शोथघ्न | नसुन्निने, सुन्निएको सन्चो गर्ने | Antiphlogistic |
| स्तन शैथिल्य | स्तन झोलिने वा शिथिल हुनु | Laxity of breast |
| स्तम्भन | रोकिनु | Stiffness |
| स्तनार्बुद | स्तनक्यान्सर | Breast tumour |
| कर्कटार्बुद | कर्कटीक्यान्सर | Breast cancer |
| स्तन्यवर्धक | दूध बढाउने | Galactagouge |
| स्थौल्य/मेदवर्धक | मोटोपन बढ्नु | Obesity |
| स्मृतिह्रास | विर्सने-भुल्ने | Hypomnesia |
| स्मृतिशक्तिवर्धक | स्मृतिशक्ति बढाउने | Memory enhancer |
| संज्ञाहर अवस्था | संज्ञानाश | Anaesthesia |

| | | |
|---|---|---|
| संकोचक प्रभाव | साँघुरो हुनु वा खुम्चिनु | Inotropic effect |
| सुगंधित | बास्नादार | Fragrant |
| संधिवात | जोर्नीबाथ | Arthritis |
| संक्रामक रोग | सरुवा रोग | Infectious disease |
| संधिगत शोथ | जोर्नीमा सुन्निने | Arthritis |
| संधिच्युति | जोर्नीको हाड खस्किनु | Dislocation of joints |
| कोष्ठअवरोधक | दिसा नहुने, कब्ज गराउने | Constipation |
| सारक/दस्तावर | पखाला वा दिसा लगाउने | Laxative |
| सर्वाङ्गशूल | शरीरभर शूल चल्ने | Whole body Shul or ache |
| सुखप्रसवार्थ | सजिलोसँग प्रसव हुने | Normal delivery promoter |
| सूक्ष्मजीवाणुनाशक | सूक्ष्मजीव नाश गर्ने | Antimicrobial |
| सुगन्धदायक | बास्नादार | Aromatic |
| सूतिका रोग | सूतिका (सुत्केरीमा) हुने रोग | Puerperal disease |
| सूर्यावर्त | सूर्यावर्त(दिउसो बढी टाउको दुख्ने) | Trigeminal neuralgia |
| सूतिका ज्वर | सूतिका ज्वर | Purpeureal fever |
| हरिद्रामेह | बेसार जस्तो पिसाब गर्नु | Yellowish discoloration of urine |
| हिक्का | बाडुलकी | Hiccup |
| हृत्प्रकुंचन | हृदय साँगुरिने | Systolic arrest |
| हृदयरोग | मुटुरोग | Cardiac diseases |
| हृददौर्बल्य | मुटु कमजोर हुनु | Cardiac debility |
| हृदयाघात | मुटुमा आघात पर्नु | Cardiac arrest |
| हृदयसंकोचक | मुटुको कडा भई साँगुरिने | Contraction of Heart |
| हृद्य | हृदय हितकारी | Good for health |
| क्षत वा व्रण | घाउ | Injury |
| क्षाराभ | क्षारतत्त्व | Alkaline |
| क्षुद्रांत्रगत कृमि | आन्द्रामा जुका आतंक | Intestinal worm infestation |
| क्षुधानाश | भोक नहुनु | Loss of appetite |
| क्षुधावर्धक | भोक जगाउने | Stomachic |
| हनुस्तम्भ | च्यापु कसिने रोग | Lock Jaw |

## अनुपानज्ञान–धातुउपधातु, स्थावर र जङ्गमविषबारेमा

स्थावरविष र जंगमविष ७२ घण्टा वा ३ दिन ५ पटक खानुपर्छ । सर्पविषमा तिलको तेल अमिलो खाना, चिसोपदार्थ र निद्रा अपथ्य मानिन्छ । सर्पविषमा चामल, गाईघिउ, दूध पथ्य हुन्छन् । धातु-उपधातु, स्थावर-जंगम विषमा सबैमा वमन श्रेष्ठ हुन्छ । समस्त विषको सामान्य औषधि मह, घिउ, दूध र भैंसीको गोबर हो । भ्रमरकृत जलोदरमा–टटेलाको बियाँ सेवन गर्नुपर्छ ।

### धातु-उपधातु विकार अनुपान-पथ्य

१. पारद वा पारा वा पारोको विकार- शुद्ध गन्धक सेवन गर्ने । ३ रत्ती गन्धकचूर्ण पानको पातको रससँग । दाख, कुभिण्डो, खुदो/सक्खर, तुलसी, सूप, ल्वाङ, नागकेशर समानभाग गन्धक मिलाएर १ ग्रामको मात्रामा दूधसित छुट्टाछुट्टै सेवन गर्ने वा पानको पातको रस, भृंगराजको रस र तुलसीदलको रस १-१ समानभाग दूध मिलाएर १-१ प्रहर ७२ घण्टा खाने ।

२. गन्धकविकार–गाईको दूधमा घिउ हालेर सेवन गर्ने ।

३. काचविकार– गदहाको विष्टा वा नौसादर गैरिकमृत्तिकासित सेवन गर्ने ।

४. त्रिधातुज (नाग, वंग, यशद) विकार–सबेरै त्रिफलाचूर्ण सेवन गर्ने ।

५. तुत्थ (नीलो तुथो) विकार–ज्यामीरको रस ७२ घण्टा पिउने ।

५. ताम्र (तामाको) विकार–बिहान सबेरै जंगली धानलाई मिश्रीमा मिसाई पानीसँग पिउने ।

६. रौप्य (चाँदीको) विकार–महमा सक्खर मिसाएर एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

७. घोष (काँसो/कांस्यको) विकार–अमिली पानीमा मिलाएर पिउने ।

८. फलामको विकार– मह र सक्खरका साथ सुकुमेलचूर्ण एकहप्तासम्म सेवन गर्ने वा सैन्धवलवणलाई निशोथको चूर्णमा मिलाएर तातोपानीसित सेवन गर्ने वा दुबो वा सेतो दुबोको रसमा मिश्री मिसाएर पिउने ।

९. सुवर्ण (सुनको) विकार–हरीतकी/हर्रोलाई मह वा मिश्रीमा मिलाएर एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१०. वंग (टिनको) विकार–अजशृंगी र गुडमारमा मिश्री मिसाएर एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

११. यशद (जस्ताको) विकार–बिहान सबेरै मह र त्रिफलाचूर्णको सेवन गर्ने ।

१२. नाग (सिसाको) विकार–हरीतकी र सेतो बोझ्कोलाई मिश्रीसित एक हप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१३. मण्डूर (कीटको) विकार–हर्रोको चूर्णमा मह मिसाएर एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१४. हरितालविकार–पाकेको दाडिमको रस पिउने- जीराको धूलो सक्खरमा मिसाएर सातदिन वा कुभिण्डोको रस, दुरालभाको रस तथा राजहंसरस सेवन गर्ने वा सुवर्णपुष्प र भूनिम्बको क्वाथ सर्पाक्षीमा मिश्री मिलाएर सेवन गर्ने ।

१५. कुनटी (मनः शिला) विकार–गाईको दूधमा मह मिलाएर एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१६. अभ्रकविकार–अमला एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१७. रसकर्पूरविकार–धनियाँ र मिश्रीपानी पिउने ।

१८. मृगांक/कपूरको विकार–गाईको घिउमा मिश्री मिलाएर वा अमलाको रस एकहप्तासम्म सेवन गर्ने ।

१९. मौक्तिक र प्रवालविकार–घिउ, मह र मिश्री गाईको दूध मिलाई पिउने ।

२०. धत्तूर (धतुरो)-भण्टाको बियाँको रस १ पल मात्रामा- कपासको फूल मिश्री मिलाई पानीमा । नौनी र तिल अथवा दूध र सक्खरको लेप लगाउने ।

२१. बज्रीमन्दार/सिउँडी र आँक–मिश्री मिलाएको चिसो पानी। वस्त्रवायु (कपडाले हम्किनु), शीतल छहारी पार्ने। अमिलीको पातलाई पानीमा थिचेर बनेको लेदोले जिउ माड्ने। हिमनदीको शीतल पानी पिउने।

२२. भल्लातक (भलायो)- सर्सिउँ र लुँडेलाई नौनीमा वा देवदारु सर्सिउँ र मोथेलाई नौनीमा मिलाएर लेप लगाउने

२३. गुञ्जा/रातीगेडी–लुँडेको रस मिश्रीसित पिउने-दूधको सेवन गर्ने।

२४. अहिफेन (अफिम)–वनभण्टारस दूधसित १ पलको मात्रामा गर्ने। बोझो, सिधेनुन, पिप्ला, मदनफल तातो पानीसित सेवन गर्ने।

२५. वत्सनाभविकार–वटूशन/पतवर्णास्यवृक्षको रसलाई १ पल मात्रामा सक्खर मिलाएर पिउने।

२६. विषमुष्टि/कुचिला–घिउ, मह र मिश्री मिलाएर पिउने।

२७. मल्ल (सँखिया)–मिश्रीसित लुँडेको रस सेवन गर्ने।

२८. भृंगदंश/भमराले चिलेको– गाईको दहीमा सुठो मिलाएर वा हरिद्रापानी वा मधु, खर्जूर, दाख, वृक्षाम्ल, दाडिम, फर्सा, अमला मिलाएर सेवन गर्ने।

२९. पूगीफल/सुपारी–चिसो कपडा वा चिसो हावा हम्किने।

३०. करवीरविकार– भैंसीको दही र मिश्री मिलाएर भैंसीको दूध सेवन गर्ने वा आँकको बोक्रा पानीमा मिलाई पिउने।

३१. शिलाजितविकार–घिउ र त्रिफला वा हर्रो सेवन गर्ने।

३२. माक्षिकविकार–गहतको दाल/क्वाथ दाडिमको बोक्राको क्वाथमा पिउने।

३३. दन्तीबीजविकार–धनियाँमा मिश्री मिलाएर दहीसँग पिउने।

३४. लूकविकार/लू लाग्नु–अमिली, वृक्षाम्ललाई छुट्टाछुट्टै मह प्याजमा मिलाएर पिउने।

३५. कोद्रवमद्य/कोदोको मद्य–कुभिण्डोरस गुड मिलाएर सेवन गर्ने।

३६. छटपटी-दाह-महपानी पिउने वा पारिजातको पात घिउमा मिलाएर पिसी त्यसका चिल्लो लेदो पिउने।

३७. कोद्रव/कोदो–चिसो दूध पिउने।

३८. शर्कराभक्षणविकार–महमा मिश्री वा शक्खर मिलाएर सेवन गर्ने।

### लेपन गर्ने :

३९. सर्पले नडस्नका लागि–हिङ र बोझो मिसेर पानीमा पिसी हात र गोडामा लेप लगाउने।

४०. दुष्टजन्तुजन्यविकार–विषकौञ्च पानीमा घोटेर लगाउने।

४१. श्वेतमूषकग्रन्थी/सेतो मुसाको ग्रन्थी–शस्त्रले ग्रन्थी फोरी गधाको मल हाल्ने।
सर्पविषविकार–नीलो तुथो, बोझो, मदनफललाई पिसी लगाउने।

४२. सर्पविष–गाइजिब्रे, दहीकाम्लो, यन्द्रवारुणी र चरीअमिलो कुनै एकलाई पिसेर लगाउने। घिउकुमारीको गुदीमा सिधेनुन हाली मनतातो पिउने। कुभिण्डो जरा र मरिच १ कर्षको मात्रामा सेवन गर्ने वा टोकेको घाउमा तत्कालै फलामको डण्डीले सेकाउने।

४३. सर्पभय/सर्पको डर–रुइस वा लज्जावतीको जरालाई हातमा बाँध्ने र त्यसकै लेप सम्पूर्ण शरीरमा लगाउने।

४४. विषजन्य चेतनानाश–चटेलोको जरा बोकामा पिसाबले भावित गरेर काञ्जीमा पिसी तयार गरिएको लगाउने।

४५. दंष्ट्रा विष/डसाइको विष–त्रिफला, चन्दन, कुष्ठ, अदुवा, घिउमा मिलाएर लेप लगाउने।

४६. बौलाहा कुकुर–कुखुराको सुली, गुड, तिलको तेल र आँकदूधको पिसेर लेपन गर्ने ।

४७. सिंह/बाघ/भालु रोमविकार–१-१ पल मह २० दिनसम्म शाकिनु र लुँडेरस शक्खर मिलाएर पिउने र लगाउने ।

४८. वृश्चिकविष/बिच्छी– हिङ र आँकदूध घोटेर दंशस्थानमा लगाउने ।

४९. भ्रमर/माक्षिक/भमरा/मौरीको विकार–भैंसीको नौनीमा सुहागा मर्दन गरी अफिम लेपन गर्ने ।

५०. गृहगोधिका/माउसुली–त्रिकटु, सहिजन, करञ्ज, बेसार र काउछोबियाँ पानीमा मिलाएर पिउने ।

५१. सरट/छेपारो–आँकको जरा, बोझ्रोको धुलो, चिसो पानीसित पिलाउने ।

५२. मूषक/मूषा–शरपुंखाको रस १ पल मिश्रीसित बिहान सबेरै ।

५३. डंक कीट–गाई बाछाको गोबररस जिब्रो र तालुको सहयोगबाट अमृतस्राव गराई दंशस्थानमा लेप ।

५४. अल्पजन्तु निष्कासन–भलायोको फल, मोथे, काउछोको बियाँ शालधूप र सर्सिउँको धूप धुवाउने वा आँकको जरा कपासलाई तोरीको तेलमा भिजाई वत्ती बाल्ने ।

५५. यूकालिक्षा/जुम्रा, लिखा-श्रीमूल वा तुलसीमूललाई गहुँतमा घोटेर लेप लगाउने । मनःशिला, गन्धक, वायुविडङ्गको धूलोलाई तोरीको तेलमा मिलाएर लेप लगाउने ।

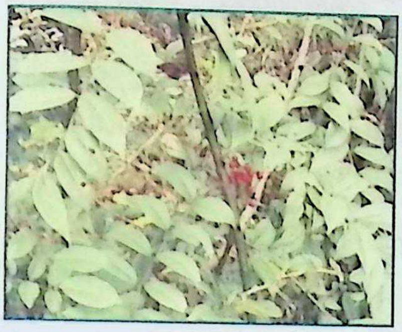
**तीन निःशुल्क ओखतीसेवा महारस बाचुञ्जेल उपलब्ध छ : आपत्कालीन-सङ्कटमा तत्काल सम्पर्क गर्नुहोला ।**

१) **ऋषिमुनि चूर्ण :** अत्यधिक रक्तश्राव, उल्टी हुने वा वमन, हैजा वा छेरपटी-झाडापखाला, नाथ्रो फुट्ने-नकसीर, अजीर्ण भएकोमा ।

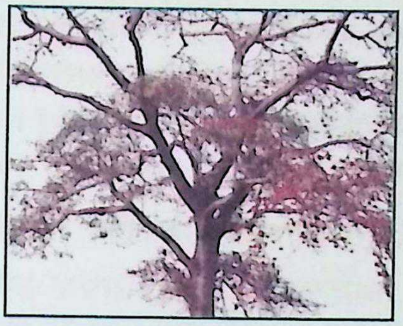
२) **मनोरथ चूर्ण :** उदरमा अङ्कुशेलगायत खतरा जुकाहरूले सताएर हैरानी पारेको, कृमि आतङ्कले शरीर खाएको, पेटका जुकाले शारीरिक विकासमा समस्या ल्याएको, सूक्ष्मकृमिको प्रकोप बढ्दो भइरहेको, संक्रमणकारी कीटाणुको महामारी फैलिएको, कतैका कुनै औषधिले केही काम नगरेको ज्यानै जान लागेको अवस्थामा ।

३) **दमयन्ती चूर्ण :** कफवृद्धि, अति कफग्रस्त खोकीले फोक्सो सुन्याएको, श्वास-प्रश्वासमा सङ्कट आएको, कफकै समस्याले रूघा-निमोनियाले टाउको दुख्ने, अति चिसोले शरीर ठण्ड्याउने वा रसपदार्थ जम्ने वा जलोदरमा ।

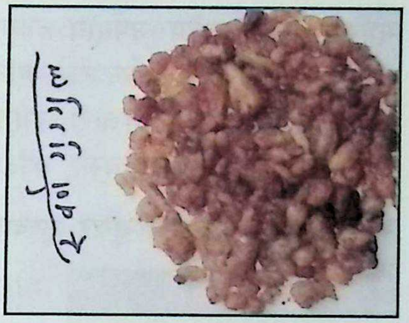
# प्रयोगात्मक एकल आयुर्वेदीय-जडीबुटी ज्ञान-विज्ञान



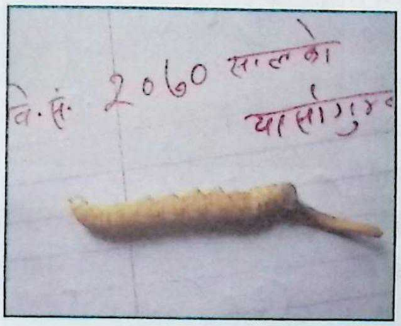
लहरे टिम्बुर



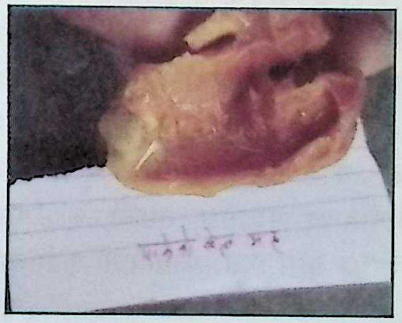
फुलेको सिमल



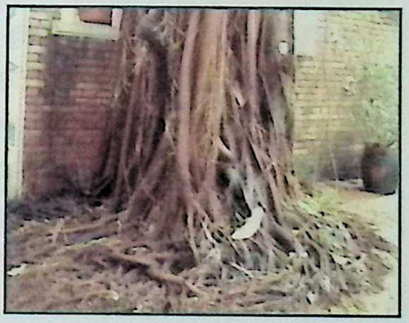
स्वर्ण गुग्गुल


वि.सं. 2060 सालको
यार्सागुम्ब

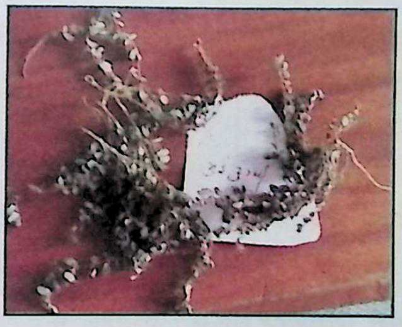
यार्चागुम्बा



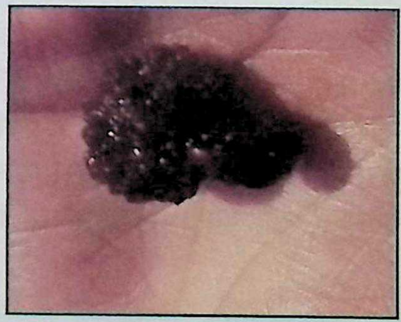
बेलको मह



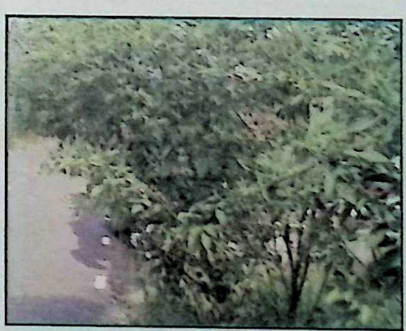
पिपल जरा



भुइँदुग्धी



फोकेरुद्राक्ष/बोकेरुद्राक्ष



रहरी

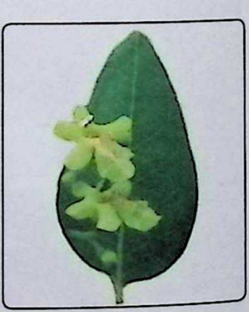
### १. अङ्कुरेबन्सो, अहंकारी कालो, Ankure Banso, Ankure Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० से.मि. अग्लो, गाँजिने, रातो डाँठ, पात मसिनु लाम्चो भालाकार, जरा सेतो, कालो घोगामा फुल्ने, मिहिन काला तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो हिउँदमा यो सुक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, जरा र बीज । स्वाद मीठो । स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, ऋतुधर्मपालक, पुष्टिकर, बलवर्द्धक, वेदनाशामक, पित्तनाशक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पित्तपत्थरी, दर्द, ठन्डी नसागत-स्नायुवात, ठोक्किएको-मर्किएको, सुन्निएको, मिर्गौलापत्थरी, धातुरोग, सन्धिशोथ, पित्तवृद्धि, पक्षाघात, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीजचूर्ण ३-१० ग्राम अथवा आधा-एक चम्चा, जरा चुस्ने, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक ।

### २. अरथुङ्गे कालो, छाप्सुखर, सुरुवाले, सुरीघाँस, लाँपरियो, कालीलापे, Blackspear Grass, *Heteropogon contortus* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात १-३ फिट लामो, फूलमा काला काँडा टुँणा हुन्छन्, पाकेपछि त्यसलाई बीज भनिन्छ, फेदमा जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, फुफ्फुसोत्तेजक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, उदररोगहर, वातहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, कामला, रक्तविकार, मूत्ररोग, ज्वर, जलन, घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, आउँ-पखाला, गाँठा-गिर्खा, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ३. अङ्गुरीवृक्ष नीलो हल्का सेतो फुल्ने, शेरसा, अश्चल, भोडी, गोडा, शिराक्ष, Smooth Chaste Tree Flower, *Vitex glabrata* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो, नीलो टीका र हरियो-पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र गुदी र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र तेल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, उदररोगमा लाभदायक, सङ्कोचक, वातव्याधिहर, दर्दहर, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले गर्भाशयशोथ, पाठेघर खस्ने, श्वासनली सुन्निएको, अङ्गशोथ, आमवात, जोर्नीवाथ, कटिवात, नसारोग, अर्श, गानो, उदररोग, दम, खोकी, बाडुल्की, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो वा चूर्ण ३-१० ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४. अमरी, सिङ्गानो गुलाबी फुल्ने, अमरकन्द, Spectacular Eulophia Plant, *Eulophia nuda* (Family : Orchidacae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण र शीतोष्णका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात लामो फराकिलो भालाकार भुइँबाट निक्लेका, फूल गुलावी-सेतो फुल्ने, गानो डल्लो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पीडानाशक, वातहर, शोथघ्न, कण्ठशुद्धिकर, वातपुष्टिकर, कामोद्दीपक, बलकारक, मासिकधर्मनियामक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, सातधातु उत्पादक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नातागत, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, हाडको रोग, यौनशिथिलता, शीघ्रवीर्यपतन, मासिकअधर्म, निःसन्तान वा बाँझोपन, भेदक वीर्यको अभाव, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, कन्दस्वरससुई २-१० र क्वाथ ५० तथा अर्क २० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५. अङ्गुर रातो, रक्तअङ्गुर, लालअङ्गुर, Red Blood Grape Plant, *Vitis* sp. (Family : Vitacae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो, पञ्जाकार पात, फूल रातो बीज भएको र नभएको चेप्टो रसिलो मांसल फल, पतझर, यसको ८०-१०० फिट लामो-ठूलो भ्याङ हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, रक्तदोषहर, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, कुपोषण, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अपस्मार, पित्तवृद्धि, ज्वर, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, पेट पोल्ने, रक्तस्राव, बेचैनी, अनिद्रा, आन्द्रा सुक्ने रोग, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, रस १ गिलास, काँढापानी १ माना, अङ्गुरासव २०-३० र अङ्गुरारिष्ट १०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६. अगस्तीबीज, अगस्तीमुनिप्रसाद, High Quality Sesbania Plant, Sesbania Seeds Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो रूख, संयुक्त पात डालीमा चेप्टो सानो, सेतो फुल्ने, कोसामा भित्र गेडा लाग्छ र पाक्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, मूत्रल, अस्थिपोषक, अतिश्रमहर, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, बलकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, अङ्गदर्द, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, दम, खोकी, श्वासरोग, हाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो ३-५ ग्राम, सातु १०-३० ग्राम, खोले १ थाली, रोटी १-२ वटा, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पत्रस्वरससुई ३-10 मि.लि., वटी ३-५ वटा, दाल १ कचौरा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ७. अर्चले कालो ठूलो, अञ्चल, डाखी, उमता, Antidesma Blater, Black Currant Tree, *Antidesma ghaesembilla* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात चेप्टो, हरियो फुल्ने, फल गाढा कालो, गोलाकार फलभित्र बीजहरू हुन्छन् । यो सदा हराभरा रहन्छ । यसको स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, हृदयहितकारी, शीतलकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, नेत्ररक्षक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, मृदुरेचक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, मूत्रकृच्छ्र, हृदयरोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रगतको कमी, ज्वर, रक्तरोग, स्मृतिह्रास, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-१० वटा, बीजतेल ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८. अर्चल हिमाली, लेकालीअर्चल, पहाडअञ्चल, Mountain Currant Tree, *Antidesma montanum* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, धेरै हाँगाबिँगाहरू भएको, बालामा पहेँलो फुल्ने, गोलो गेडाभित्र बीज हुन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । यसको स्वाद मीठो-अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, मूत्रल, रेचक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, ज्वरनिवारक, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, हृदयरोग, घाउ-खटिरा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, रगतको कमी, पेट पोल्ने, उदरशूल, मुख-जिब्रोका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-१० वटा, पातस्वरससुई १०-२० मि.लि., काँढापानी १ माना, बीज तेल ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९. अपामार्ग दुईदाँते, अधःशल्य, दतिवन, चिरचिटा, लटजिरा, Apamarga Plant, *Achyranthes bidentata* (Family : Amaranthaceae)

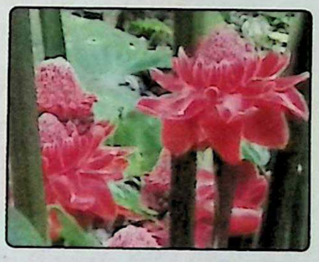
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, चेप्टो विपरीत गएका पात, बालामा पुष्प लाग्छ र दुईदाँते काँडादार बीजभित्र सेतो चामल हुन्छ । उल्टेकाँडो भुसभित्र बीजसदृशलाई अपामार्ग चामल भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, मूल, पात, डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तसारक, वातहर, कफनिस्सारक, शोथहर, वेदनास्थापक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, वलकारक, वातपुष्टिकर, अर्बुदहर, शक्तिकारक, गर्भस्थापक, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, थोपाथोपा मुत्ने, त्वचारोग, विषप्रभाव, कर्णशूल, आधा टाउको दुख्ने, कर्णविकार, भस्मकरोग, श्वास-प्रश्वासरोग, दम, खोकी, पिनास, अर्श, पत्थरी, जीर्णरोग, हरेक असाध्यरोग, कफ-पित्तज्वर, आमवात, पक्षाघात, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, कुपोषण, रजःवीर्यविकार, बन्ध्यापन,

दन्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई २-१० र तेल ४० मि.लि., चौलानी २० ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०. अपामार्ग, चिरचिटा, **Prickly Chaff Flower Plant,** ***Hydrangea aspera*** (Family : Hydrangeaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, हरियो र पहेँलो पुष्पदण्डमा फुल्ने, साना बीजहरू तेलीय हुन्छन्। यसको स्वाद बीज मीठो अन्य भाग तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, कफनिस्सारक, पित्तहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, बलकारक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, बुढचौलीनाशक, अस्थिपोषक, हृदयहितकारी, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, हृदयरोग, हाडको रोग, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, कटिवात, गृध्रसी, अङ्गदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., तेल ५-१० ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, बीज पिना ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ११. अदुवारातो बत्ती, सुइँधि, रक्तआर्दक, **Red Lamp Ginger Plant, Tourch Ginger,** ***Etlingera elatior*** (Family : Zingiberaceae)

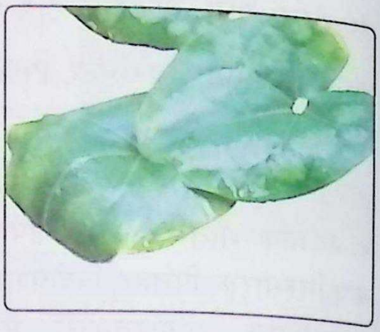


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो गर्मीस्थानको चिस्यान भूमिमा धेरै हुन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात आयाताकार, फूल-पुष्पदण्डमा बत्तीसमान थुङ्गा रातो रगतझैं, चेप्टो फलभित्र काला बीजहरू, जरा रातो हुन्छ। यसको स्वाद परपराउने पीरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, आमवात, जलोदर, दम, खोकी, पिनास, गानो, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, घाउ-खटिरा, टन्सिल, गला-घाँटीको समस्या, रसग्रन्थिको अभाव, चिसोज्वर, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १२. अदुवा नीलो, सुइँठी, नीलअद्रक, **Blue Sedge Zinger, Prairie Blue Eye Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सौन्दर्यपूर्ण वनस्पति २-३ फिट अग्लो, चुच्चो परेको लामो भालाकार पात, रातो-निलो रङका जरा-सेलाहरू बास्नादार हुन्छन्। यसको स्वाद पिरो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशुद्धिकर, गुल्मनाशक, श्वासरोगहर, रोचक, स्वादिष्ठ मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, दम, खोकी, चिसो-रुघा, पिनास, जोर्नीवाथ, कटिवात, सन्धिशोथ, आमवात, गुल्म-गानो, क्षयरोग, टन्सिल, गला-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोको घाउ, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, गृध्रसी, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १३. अद्‌बागुले, तुक्किर, उपन, केमुआ, मूत्रपिण्ड आद्रक, Hazelwort Plant, Evergreen Ginger, *Asarum* sp. (Family : Aristolochiaceae)

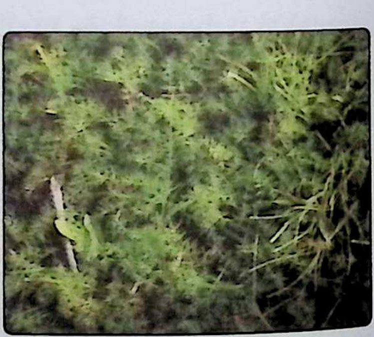


**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र सबै ठाउँमा हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १-२ फिट अग्लो, पत्रदण्ड ३-५ अङ्गुल उँचो, हृदयाकार पात गहिरो गाढा हरियो, फूल प्याजी वर्णको, जरामा गाँठो-चारकुने बास्नादार हुन्छ। यसको स्वाद परपराउने-पीरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वेदजनक, कफनाशक, वामक, शोथघ्न, शिरोविरेचक, वेदनानाशक, वातहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चिसो-रुघा, खोकी, दम, अङ्गशोथ, सन्धिशोथ, जलोदर, श्वासरोग, जोर्नीवाथ, पिनास, शीतज्वर, अपस्मार, मृगी, आमवात, कफवृद्धि, पसिना नआउने, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, रसग्रन्थिको अभाव, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण आधा-एक ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-२ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १४. अकरा बैजनी, Purple Akaradhanus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो खेती गरिएको ठाउँमा उम्रन्छ। यो सानो लहरो १-३ फिट लामो झ्याङ, बैजनी फुल्ने, कोसामा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको फल धनुष आकारको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्री गेडा, कलिलो कोसा, जरा । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, शक्तिवर्द्धक, रजःवीर्यजनक, पोषक, मूत्रल, बलकारी, वातहर, वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, अङ्गशोथ, वीर्यको कमी, जोर्नीवाथ, यौन शैथिल्यता, बुढचौली रोग, सप्तधातुको कमी, हाड-मेरुदण्डको रोग, अङ्गदर्द, सुन्निने, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, गृध्रसी, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र अर्क ५० मि.लि. २-३ पटक ।

### १५. अकरा हिमाली, धनुषी, अकराधनुवाण, Himalayan Akaradhanus Plant



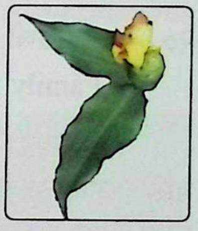
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो खेती गरिएको ठाउँमा उम्रन्छ । यो सानो लहरो १-३ फिट लामो झ्याङ, सुनौलो फुल्ने, कोसामा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको फल धनुष आकारको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्री गेडा, कलिलो कोसा, जरा। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिवर्द्धक, रजःवीर्यजनक, पोषक, मूत्रल, बलकारी, वातहर, वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, अङ्गशोथ, वीर्यको कमी, जोर्नीवाथ, कमजोरी, बुढचौली रोग, सप्तधातुको कमी, हाड-मेरुदण्डको रोग, अङ्गदर्द, सुन्निने, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, दाल १०० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. २-३ पटक ।

### १६. अकराधनुष, धनुषी, अकरा धनुवाण, Akaradhanus Plant

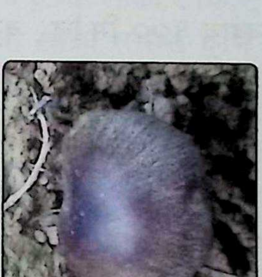
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो खेती गरिएको ठाउँमा उम्रन्छ । यो सानो लहरो १-३ फिट लामो झ्याङ, कलेजी फुल्ने, कोसामा तेलीयवीजहरू हुन्छन् । यसको फल धनुष आकारको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्री गेडा, कलिलो कोसा, जरा । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिवर्द्धक, रजःवीर्यजनक, पोषक, मूत्रल, बलकारी, वातहर, वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुन्निने, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, अङ्गशोथ, रजवीर्यको कमी, जोर्नीवाथ, बुढ्यौली रोग, सप्तधातुको कमी, हाड-मेरुदण्डको रोग, अङ्गदर्द, कटिवात, सर्वाङ्गवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र अर्क ५० तथा दाल १०० मि.लि. २-३ पटक ।

### १७. अदुवा च्याप्टोपाते, पहेँलोमा रङ्गीन फुल्ने अदुवा, Painted Spiral Ginger Plant, *Costus mexicanus*
(Family : Costaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, चुच्चे पात चेप्टो केही लाम्चो फराकिलो, सुनौलो फुल्ने र रातो-कलेजी छिर्केबिर्के रङ मिसिएको, जरामा सेला हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, अस्थिपोषक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, आयुर्वर्द्धक, श्वासरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, दम, खोकी, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, पित्तवृद्धि, हाडको रोग, मूत्ररोग, शिथिल फोक्सोज्वर, रजःवीर्यविकार, पक्षाघात, गृध्रसी, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, जरा स्वरससुई ३-१० र अर्क २० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, अत्तर ५ थोपा, जरा टुक्रा चुस्ने १-२ वटा ३-५ पटक ।

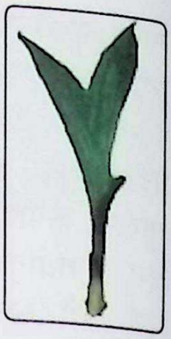
### १८. अर्बुदहरच्याउ, अर्बुदनिर्मूलदिव्यौषधि, Chago, Wood Rotting Mushroom, *Inonotus obliquus*
(Family : Hymenochaetaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बूढापाका वृक्षहरूमा मिल्छ । यो भोजपत्र र अन्य कषायवर्गका रूखमा हुन्छ । यो कालो रङको ढुसी बढ्दै जान्छ र ठूलो ढिक्का भएर रूखमै रहन्छ । यो कालो अङ्गारसमान देखिन्छ । यो शोधन गरी सुकाएर धूलो प्रयोग हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, व्रणरोपक, क्षयरोग र हृदयरोगमा लाभदायक, विषघ्न, जीवनीतत्वरक्षक, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, पित्तदोषनिवारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण । सुकाएको धूलो उपयोग गर्नुपर्छ ।

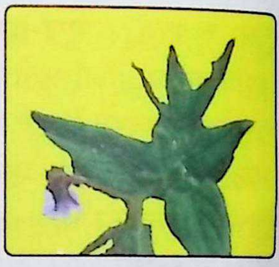
**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मुटुवात, दुबी, दाद, कुष्ठ, दम, खोकी, कलेजोरोग, श्वासरोग, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्क्रमणकारीरोग, मधुमेह, एच.आई.भी./एड्स, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका घाउ, विषप्रभाव, ज्वर, हृदयरोग, आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, क्षयरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९. अमरकन्द, पंक्तिकन्द, बालकन्द, मलकन्द, Mulo, White Child Root Plant, *Eulophia nuda* (Family : Orchidaceae)



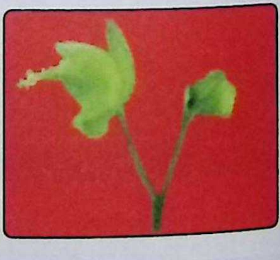
**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, १०-१५ से.मि. लामो केही फराकिलो भालाकार चुच्चो परेको, ठूलो फूल सेतो वा रातो वर्णको जरामा कन्द आलुसमान सेता हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, अर्बुदहर, वातहर, कण्ठमालाहर, श्वासरोगहर, रज:वीर्यसुधारक, अग्निवर्द्धक, क्षयरोग र गला-घाँटीका घाउ-खटिरामा लाभदायक, मासिकधर्मनियामक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, सन्तानप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले नि:सन्तान, क्षयरोग, पित्तवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, रज:वीर्यदोष, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, प्रदर, मूत्रकृच्छ्र, गलगाँड, मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, क्षय, कुपोषण, विषप्रभाव, गर्भको कमजोरी, रगतको कमी, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, फूल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०. अन्दाउली, उन्धाफूली, श्वेतअन्धाउली, अध:पुष्पी, Borage White Plant, *Trichodesma indicum* (Family : Boraginaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो वर्षायु, रातो डाँठ भएको, भुसे, १-३ फिट अग्लो, पात पञ्चपत्रक, सेतो-निलो फुल्ने, केशर पहेँलो, पात चेप्टो चुच्चो, पाटा परेको डल्लोधारी फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो, हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, स्मृतिदायक, अर्बुदहर, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, स्मृतिह्रास, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, अपस्मार, अर्श, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग, रक्तदोष, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१. अमरकन्द पहेँलो, पीतपंक्तिकन्द, स्वर्णबालकन्द, Golden Amarkanda Child Root Plant, *Eulophia nuda* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, १०-१५ से.मि.लाम्चो भालाकार चुच्चो परेका पात, ठूलो फूल हरियो-पहेँलो वर्ण, जरामा कन्द पहेँलो आलुसमान हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, अर्बुदहर, वातहर, कण्ठमालाहर, श्वासरोगहर, रज:वीर्यसुधारक, अग्निवर्द्धक, क्षयरोग र गला-घाँटीका घाउ-खटिरामा लाभदायक, मासिकधर्मनियामक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, क्षयरोग, नि:सन्तान, गला-घाँटीका रोग, रज:वीर्यदोष, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, प्रदर, मूत्रकृच्छ्र, गलगाँड, मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, क्षय, कुपोषण, विषप्रभाव, गर्भपात र गर्भको कमजोरी, रगतको कमी, रक्तरोग

इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, पातसाग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, फूल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

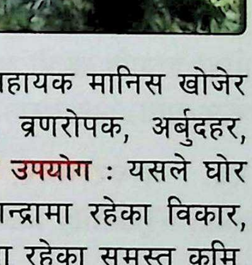
२२. **अजम्बरी त्रिपत्रक, पत्थरीचुर, तीनपातेपत्थरचट्टा, Three leaf Ajambari Plant, *Bryophyllum* sp.** (Family : Crassulaceae )

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग २-५ फिट अग्लो, तीनपाते दन्तुर मुलायम पात लागेका चेप्टो, किनारको घेरोमा रातो दाँती हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । स्वाद बिहान टर्रो र दिउसो अमिलो अनि बेलुका खल्लो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, अग्नि-उद्दीपक, पत्थरीहर, रक्तविकारहर, रक्तशोधक, पित्तज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : अजम्बरीले अम्लपित्त, कमलपित्त, पत्थरी, गर्मीरोग, प्रमेह, धातु झर्ने, पेट दुख्ने र पोल्ने, पित्तरोग, पित्ताशय र मिर्गौला सुक्खा, अर्श, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, हरियो पात १-२ टुक्रा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक । रोगअनुसार मात्रा घटीबढी गर्न सकिन्छ ।

२३. **अजयपाल, जयपाल, जमालगोटा, विरेचकफल, आचीफल, Purging Croton Plant, *Croton caudatus*** (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो १६०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने सानो बिरुवा, पात ३-५ इन्च लामो आयाताकार चिल्लो नरम दन्तुर टुप्पो चुच्चो, टुप्पोमा हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल गोलो-चेप्टो हरियो पाकेपछि रातो/कलेजी रङको भित्र तेलीय बीज हुन्छ । ग्रीष्ममा फुल्छ र शरदऋतुमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फलमज्जा र बीजतेल । यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद कोक्याउने तीतो हुन्छ । **शोधन** : गाईमूत्र दौलायन्त्रमा राखी पोको पारी झुन्डचाएर बफाउँदा-स्वेदन गर्दा शुद्ध हुन्छ । यो खाएपछि एकजना सहायक मानिस खोजेर राख्नुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तीव्ररेचक, उदरशुद्धिकर, विषघ्न, कृमिघ्न, शोथहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, गर्भपातक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घोर कब्ज, अर्श, पित्तवृद्धि, विषप्रभाव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जलोदर, उदरशूल, गानो, आन्द्रामा रहेका विकार, पत्थरी, अधिकपित्त, गानो, उदरशूल, आन्द्रा गुटमुटिएर उल्टो पर्ने, धेरै पाध आउने, पेटमा रहेका समस्त कृमि, उदरविकार, गोटापर्ने, थोरै-थोरै दिसा आउने, मुढगर्भ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीजचूर्ण ३०-५० मि.ग्राम, तेल ३-१० थोपा, पातचूर्ण २-५ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल २० मि.लि., वटी आधा-तीन रत्ती । **सावधान** : गर्भिणी महिला, वृद्धवृद्धा, बालकबालिका, दुब्लो कमजोरले प्रयोग गर्नु हुँदैन । दिसा रोक्नुपरेमा स्निग्ध-मधुर-शीतद्रव्य सक्खर, दही, मही, चिनी कागती सर्बत इत्यादि प्रयोग गर्ने ।

२४. **अर्कपुष्पी, चीरबेलो, आधाकोटी, शिदोडी, Holostemma Creeper Plant, Swallow Wort, *Holostemma annulare*** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधेलता ५-७ फिट लामो लहरो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो थुङ्गाको पत्रकको भित्रीभाग रातो, लाम्चो चुच्चो फलभित्र चेप्टा वा गोलाकार तेलीयबीज हुन्छन् । यसलाई जिवन्तीको प्रतिनिधिद्रव्यका रूपमा प्रयोग गरिन्छ । यसको स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद तितो केही

मिठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रसायन, रजःवीर्यसुधारक, कुष्ठघ्न, रक्तविकारहर, अर्बुदहर, मूत्रल, शोथघ्न, बलकारक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, कफहर, चर्मरोगहर, स्तन्यवर्द्धक, पीडाहर, व्रणरोपक, वातघ्न, आयुर्वर्द्धक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, रक्तविकार, रजःवीर्यदोष, कुष्ठ, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, रगतको कमी, पित्तवृद्धि, शोथ, शारीरिक कमजोरी, प्रदर, मासिकअधर्म, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मधुमेह, रक्तस्राव, दम, खोकी, श्वासनलीको शोथ, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, दूध ५-१० थोपा, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फूल/फल/पात १-२ वटा, बोक्रा/जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी १-३ वटा ३-५ पटक । यसलाई घ्यू/तेलमा पकाई-डढाई छानी मालिस गर्दा वातरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ र चर्मरोग हटाउँछ ।

### २५. असरकन्द रातो, लालपंक्तिकन्द, रक्तबालकन्द, Red Child Orchid Plant, *Eulophia nuda*
(Family : Orchidaceae)

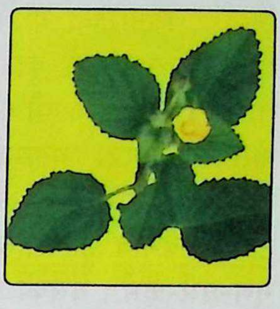
**चिनारी :** यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, डाँठ रक्तवर्ण, १०-१५ से.मि. लामो भालाकार चुच्चो परेको पात, ठूलो फूल सेतो-रातो वा रातो, जरामा कन्द राता आलुसमान हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, अर्बुदहर, वातहर, कण्ठमालाहर, श्वासरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, अग्निवर्द्धक, क्षयरोग र गला-घाँटीका घाउ-खटिरामा लाभदायक, मासिकधर्मनियामक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, गर्भस्थापक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले क्षयरोग, बाँझपन, गला-घाँटीका रोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, प्रदर, मूत्रकृच्छ्र, गलगाँड, मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, क्षय, कुपोषण, विषप्रभाव, गर्भपात र गर्भको कमजोरी, रगतको कमी, रक्तरोग, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, फूल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २६. अम्बरीझार, अम्बरवेद, गुलेअर्ब ज्याद्रह, Germander Plant, *Teucrium fruticans*
(Family : Lamiaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो निलोपन लिएको बिरुवा, १-२ फिट अग्लो, पात पातलो-रौंदार, फूल सेतो, फल बालामा हुन्छन्-जसमा तेलीय बीजहरू भरिभराउ रहन्छन्, जरा हुन्छन् । यसको स्वभाव रुक्ष उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रनिस्सारक, वातहर, आर्तव प्रवर्तक, जलोदरमा गुणकारक, विषघ्न, व्रणरोपक, गर्भाशय सङ्कोचक, शोथघ्न, ज्वरनिवारक, कफहर, कृमिमारक मानिन्छ ।

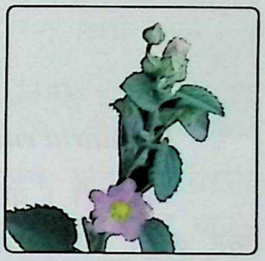
**औषधीय उपयोग :** यसले मूत्रकृच्छ्र, जोर्नीवाथ, मासिकअधर्म, जलोदर, विषप्रभाव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, बवासिर गर्भाशय शोथ, ज्वर, कफवृद्धि, जुका, गानो, उदरशूल, पेटका जुका, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२, बीज चौथाइ-आधा ग्राम, पात/फूल/बीज १-२ वटा २-३ पटक । यदि यसले गर्मी गरेमा धनिया स्वरस/लेदो/रस प्रयोग गर्नुपर्छ ।

### २७. अतिबला पीतपुष्पा, पेरला, बरायर, कुरुमठोटी, पीतबरायर, **Arrow Leaf Sida Plant, Cuban Jute,** ***Sida rhombifolia*** (Family : Malvaceae)



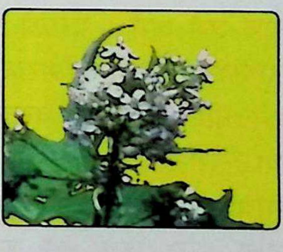
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, वर्षायु, पात चेप्टो, फूल सुनौलो, फल डल्लो काँडादार फलभित्र काला तेलीय बीज हुन्छन्, जरा चारैतिर फैलिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पुष्टिकर, बलकारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कफग्रस्त दम-खोकी, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, बुढचौलीपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई ३-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २८. अतिबला कालो, ककहिया, कृष्णबरायर, **Black Sida, Cuban Jute Plant,** ***Sida indicum*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, वर्षायु, पात चेप्टो, फूल निलो, फल डल्लो काँडादार फलभित्र काला तेलीय बीज हुन्छन्, जरा चारैतिर फैलिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातपुष्टिकर, बलकारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कफग्रस्त दम-खोकी, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, बुढचौलीपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई ३-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

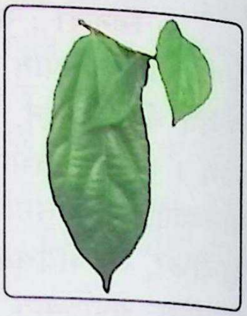
### २९. अतिबला सेतो, सफेदककहिया, श्वेतबरायर, **Virginia White Mallow,** ***Sida hermaphrodita*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, वर्षायु, चारैतिर फैलिएको झ्याङ, पात पाँचऔंले वा पञ्जाकार, फूल सेतो, फल डल्लो काँडादार फलभित्र काला तेलीय बीज हुन्छन्, लाम्चो जरा भित्र सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अस्थिसन्धानक, वातपुष्टिकर, बलकारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कफग्रस्त दम-खोकी, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, बुढचौलीपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई ३-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३०. अंकोल, रेची, ढेरा, आंकोड, ताम्रफल, गुप्तस्नेह, **Couper Fruit Plant,** ***Alangium salvifolium*** (Family : Cornaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, गोलाइ साढे दुई फिट जति, धेरै हाँगाहरू र बोक्रा सफेद वर्ण, पात ३-६ इन्च लामो १-२ अङ्गुल चौडा आयाताकार-पतझर, चैत वैशाखमा नयाँ पालुवा पलाउँछ, पातको उग्रगन्ध, थुङ्गामा सेतो फुल्ने, फल गोलाकार पाकेपछि भण्टा रङको फलभित्र तेलीय गुठली सेतो वा कालो हुन्छ, बीजलाई निचोरेपछि तेल झर्छ । यसको स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा, बोक्रा, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको बीज पारदशोधक, रेचक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, स्वादिष्ठ, वातपित्तनाशक, सारक, पुष्टिकर, विषघ्न, पीडाहर, आयुर्वर्द्धक, शीतल मानिन्छ । यसको पात, बोक्रा, फूल र जरा व्रणशोधक, चर्मरोगहर, पित्तस्रावक, कफघ्न, रक्तदोषहर, कृमिघ्न, विषनाशक, वामक, शोथघ्न, वातहर, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पाचननलीको खराबी, दम, खोकी, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, आमवात, दुबी, दाद, सन्धिशोथ, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेटका जुका, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, शरीर सुन्निएको, चोटपटक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फल १-२ वटा, तेल १०-२० थोपा, फूल १-२ वटा, पात १-२ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा २-३ पटक ।

### ३१. अंफी, अम्फी, श्वेतअकोलम्, गुच्छाफल, उइफी **Amphi Tree, Joint-Pain Fruit Plant** ***Pyrularia edulis*** (Family : Santalaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः १८००-२८०० मिटरमा पाइन्छ । यो पतझर ३०-४० फिट अग्लो, बाङ्गोटिङ्गो हाँगाहरू भएको, बोक्रा सेतो-खैरो, पात आयाताकार गाढा हरियो लामो-फराकिलो, सेतो/घ्यू रङको फुल्ने, बाहिर मांसल फल गोलाकार-चेप्टोभित्र कडा गोलो दानाभित्र सेतो तेलीय बीज हुन्छ । वर्ष बिराएर फल्छ । फलबोक्रा खाने र भित्रको बीज सङ्कलन गर्ने गरिन्छ । यसको फल भेडा-बाखाले खान्छन् र भित्रको दाना निकाल्छन् । यसलाई फोरेर बीज निकाली तेल बनाइन्छ । यो कार्तिक-मंसिरमा पाक्छ । अम्फी गुच्चा धेरै वर्ष टिक्छ । यसको दिनमा गुच्चा खेल्ने र अँधेरी रातमा फोरेर भित्रको बीज सिन्कामा उनेर बाल्ने गरिन्थ्यो । फलत्वक-मज्जा र बीजको स्वाद मिठो टर्रो, अन्य भाग तीतो-टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल वातव्याधिहर, पीडाहर, वेदनाशामक, शोथघ्न, बलकारक, पुष्टिकर, व्रणरोपक, कुष्ठघ्न, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, त्रिदोषजहर, क्षयरोग र उदररोगमा उपयोगी, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, अङ्गशोथ, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, दम, खोकी, रक्तपित्त, क्षयरोग, उदररोग, विषप्रभाव, सन्धिशोथ, घुँडादर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फल/फूल १-२ वटा, तेल १०-२० थोपा ३-५ पटक ।

### ३२. अजम्बरी लाम्चोपाते, पत्थरीचुर, पत्थरचट्टा, पर्णबीज, अजुवा, यमरबेली, **Miracle Leaf, Acidity Reducing Plant,** ***Bryophyllum pinnatum*** (Family : Crassulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । बोटको प्रत्येक भाग बीउ हुने यो बिरुवा नेपालका गाउँहरूमा अजम्बरी भनेर चिनिने यो वनस्पतिको पात, हाँगा, काण्ड, जरा जुनसुकै भागबाट सानो

टुक्रा सार्दा/रोप्दा अर्को बिरुवा तयार गर्न सकिन्छ। यो वनस्पति सदा हरियो रहन्छ। यो एक टुक्रा पातबाट सर्छ। यो लगभग ३-५ फिट अग्लो, मुलायम पात मूलकाण्डबाट दुवैतिर गएका लाम्चो किनारमा दाँती हुन्छन्। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद खल्लो केही अमिलो हल्का टर्रो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, अग्नि-उद्दीपक, पत्थरीहर, रक्तविकारहर, रक्तशोधक, पित्तज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : अजम्बरीले अम्लपित्त, कमलपित्त, पत्थरी, गर्मीरोग, प्रमेह, धातु झर्ने, पेट दुख्ने र पोल्ने, पित्तरोग, पित्ताशय र मिर्गौला सुक्खा, अर्श, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, हरियो पात १-२ टुक्रा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक। रोगअनुसार मात्रा घटीबढी गर्न सकिन्छ।

### ३३. अर्चल सानो, अर्चले, इमेरकाँची, नान चुकुलपत्ति, Nepal Laurel Plant, *Antidesma acidum* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः ५००-१५०० मिटरका भिराला ढुङ्गचान-पत्थरिलो माटोमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो-लाम्चो, हाँगाबिँगा भएको, बालामा सेतो फुल्ने, झुप्पामा फल्ने, चम्किलो हरियो पात, हरियो गेडा पाकेपछि रातो हुने यसको बिरुवा सानै हुन्छ। यसको स्वाद अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफकारक, मूत्रल, मृदुविरेचक, पित्तज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, पित्तनाशक र आँखाका लागि पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, अरुचि, अनिद्रा, शरीरको कडापन, मुटुको तेज धड्कन, तनाव, गर्मी पित्तज्वर, आँखाका समस्त रोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्राका घाउ-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले रगत शुद्ध गरी शरीरको पोषण गराउँछ। यसले विजातीयद्रव्य निष्काशन गर्छ। यसको प्राकृतिक ताजा पात चपाउने-चुस्ने गरी धेरै लाभ लिन सकिन्छ। **मात्रा** : ५-१० वटा पात, रस २०-३० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५०-१०० र स्वरस/लेदो १०-२० तथा तेल १० र अर्क २०-३० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ३४. अडिरझार, भुइँअडिर, एरण्डबुटी, Castor Herb, Creeping Sebastiania, *Sebastiania chamaelea* (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सुक्खा बलौटे माटोमा उम्रने ६-८ महिने सानो लहरा हो। यसको पात ५-७ से.मि. लामो र ३-४ से.मि. चौडा, फूल पहेँलो, बीज सुनौलो, यो १-३ फिट अग्लो/लामो हुन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो कषाय हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, वेदनाहर, शोथहर, पुष्टिकर, निद्राकर, रजःवीर्यसुधारक, मदकारक, विषघ्न, बलकारक, वातहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, तनाव, ज्वर, पाठेघर खस्ने, सुन्निएको, शिरदर्द, पुरानो पिनास, नाक नखुल्ने, श्वासरोग, रजःवीर्यदोष, अनिद्रा, दम, खोकी, गर्भाशयशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशैथिल्य, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २०-३० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, बीज २-३ ग्राम ३-५ पटक।

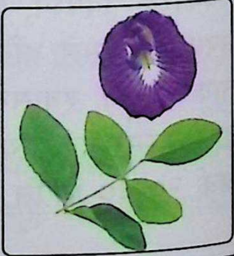
### ३५. अपामार्ग, अधःशल्य, दतिवन, चिरचिटा, उल्टाकुर, नकसिरुका, लटजिरा, The Prickly Chaff Flower, *Achyranthes aspera* (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात चेप्टो विपरीत गएका, बालामा पुष्प लाग्छ र फल काँडादार बीजभित्र सेतो चामल हुन्छ । उल्टेकाँडो भुसभित्र चामलसदृशलाई अपामार्ग तण्डुल भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग बीज, मूल, पात, डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तसारक, वातहर, कफनिस्सारक, शोथहर, वेदनास्थापक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, वातपुष्टिकर, अर्बुदहर, शक्तिकारक, गर्भस्थापक, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, थोपाथोपा मुत्ने, त्वचारोग, विषप्रभाव, कर्णशूल, आधा टाउको दुख्ने, कर्णविकार, भस्मकरोग, श्वास-प्रश्वासरोग, दम, खोकी, पिनास, अर्श, पत्थरी, जीर्णरोग, हरेक असाध्यरोग, कफ-पित्तज्वर, आमवात, पक्षाघात, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, कुपोषण, रजःवीर्यविकार, बन्ध्यापन, दन्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल ५० मि.लि., चौलानी १०-१५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३६. अपामार्ग रातो लेकाली, रक्तापामार्ग, हिमाली लालबिप्ले काँडे, बिप्पेरातो, नक्सिरुका, Upabas Prasad Plant, *Achyranthes* sp. (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः ३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो क्षारीय ढुंग्यान-बलौटे माटोमा सर्वत्र पैदा हुन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, भदौतिर रातो बालामा सेतो फुल्ने, असोजमा गेडा लाग्ने, मंसिरमा पाक्ने, उल्टोतिर फर्केको काँडेफलभित्र सेतो बीज हुन्छन् । स्वभाव न उष्ण न शीतल र स्वाद बीज मीठो, अन्य भाग टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, शोथहर, वेदनास्थापक, विषघ्न, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, कुष्ठघ्न, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पित्तसारक, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, वातपुष्टिकर, अर्बुदहर, अति पुष्टिकर, शक्तिकारक, गर्भस्थापक, वाजीकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दन्तदर्द, आधा टाउको दुख्ने, कर्णविकार, भस्मकरोग (भोकाउने), श्वास-प्रश्वासरोग, दम, खोकी, पिनास, अर्श, पत्थरी, जीर्णरोग, हर असाध्यरोग, वीर्य-रजदोष, कफ-पित्तज्वर, वातविकार, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, कुपोषण, रजःवीर्यविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। दाँत बलियो गराउने, नहल्लिने पार्ने, दाँतका रोग ठीक गर्ने, बल बढोत्तरी हुने, शरीरलाई पुष्ट पार्छ । मात्रा धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म १-३ ग्राम, क्षार आधा ग्राम ३-५ पटक ।

### ३७. अपराजिता नीलो, नीलअपरा, गोकर्णी, Blue Butterfly Pea Plant, *Clitoria ternatea* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो फुस्रो हल्का माटोमा धेरै हुन्छ। यो २५-३५ सेन्टीग्रेड तापक्रममा राम्रो फल्छ। यो ठूलो भ्याङ, चेप्टो सानो ५ वटा पात, असोजतिर थुङ्गामा नीलो फुल्ने, कोसाभित्र १०-१२ गोलाकार काला बीज हुन्छन्। यसको चुनियामाटोमा राम्रो खेती गरी लाभ लिन सकिन्छ। स्वाद गेडा मीठो,

जरा केही टर्रो-मिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा र गेडा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बलकारक, रजवीर्यवर्द्धक, स्मृतिदायक, मूत्रल, हृदयहितकारी, पुष्टिकर तृप्तिकारक, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले शारीरिक कमजोरी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, मानसिक असन्तुलन, रगतको कमी, दम-खोकी, पक्षाघात, मृगी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** ३-५ ग्राम लेदो/धूलो, १ माना काँढापानी, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., चुस्ने र चपाइरहने ३-५ पटक।

### ३८. अमरु, अमारो, बडीचुकुलपत्ति, आम्रातक, आमडा, Sour Leaf Tree Hog Plum, *Spondias pinnata*
(Family : Anacardiaceae)

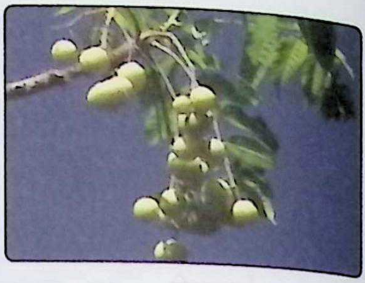
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सुक्खा माटोमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, काष्ठसार र बोक्रा सेतो, पतझर, स्रावणमा फुल्ने, पात लाम्चो केही फराकिलो चुच्चो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, झुत्तोमा हरियो र पाकेपछि पहेँलो अण्डासमान फलभित्र मीठोरस र तेलीयबीज हुन्छन्। स्वाद अमीलो-मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात र फल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, अग्निकारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, पित्तरोग, अग्निमन्द, शरीरका गतिशील अङ्गहरूको कडापन, आँखाको सुक्खापन, अरुचि, अजीर्ण, मुटुरोग, अम्लपित्त, हैजा, कामला, ज्वर, कब्ज, उदरशूल, अर्श, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** १ पात, १ फल, तेल ३-१० ग्राम, पातस्वरस ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### ३९. अश्वगन्धा, असगन्ध, घोडागन्धे, Batu(Am), As Cherry, Horse Smell Plant, *Withania somnifera*
(Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका १८०० मिटरसम्म खेती गर्न सकिन्छ। यो गर्मी हावापानीमा धेरै पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, टेढोमेढो हाँगाबिँगाहरू, सेता पात २-४ अङ्गुल लामो र १-२ अङ्गुल चौडा, पुष्प रातो, सदा फुल्ने र फल्ने सुनौलो फलभित्र १५-२० बियाँहरू, जरा आधा-एक फुट लामो र एक-डेढ अङ्गुल मोटो, १०-१५ वटा खुब मजबुत चोपदार, बाहिर खराने भित्र सेतो रङमा हुन्छन्। आयुर्वेदिक मतानुसार अश्वगन्धा एक विश्वविख्यात पुष्टिकरत्वमा गनिन्छ। यसको बीजहरूलाई दूधमा राख्दा तत्काल दही बन्दछ। ४-५ वर्षमा भण्टाजस्तो सघन बोट हराउँछ। स्वाद तीतो-टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग :** जरा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रसायन, शोथहर, वेदनाशामक, पुष्टिकर, वातघ्न, कामोद्दीपक, धातु-परिवर्तक, बलकारक, शुक्रवर्द्धक, क्षय र मज्जातन्तुहरूमा अवसादक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, निद्राकारक, अतिश्रमको पीडाहर मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग :** यसले ८० प्रकारका वात, कफवृद्धि, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, लिङ्गेन्द्रीय कमजोर, रजःवीर्यदोष, क्षयरोग, अनिद्रा, मांसपेशीयदर्द, शीघ्रवीर्यस्खलन, अतिश्रमको पीडा, सर्वाङ्गवात, गाँठा-गिर्खा, सन्धिवाथ, पक्षाघात, नसा कमजोर, कटिशूल, साइटीका, धनुष्टङ्कार, युरिकएसिड, कम्पवात, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। अश्वगन्धाचूर्ण दूध र महसँग निरन्तर खाँदा अत्यन्त लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा :** लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १०, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी ३-५ वटा, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक। यसको जरा चुस्नाले विशेष लाभ पुऱ्याउँछ।

### ४०. अमलाकाण्डे, डाँठमा फल्ने अमला, हर्फा रेबडी, लवलीफल, हाँगेअमला, **Stem Fruit Amala,** ***Phyllanthus acidus*** (Family : Phyllanthaceae)

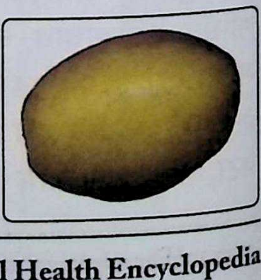


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो रूख, रातो वा गुलाबी फुल्ने, कमजोर हाँगाबिँगा हुने, संयुक्त पात चेप्टो, चैत-वैशाखमा फल्छ, पाकेपछि हल्का पहेँलो-हरियो थेप्चो अमलासमान फल हुन्छ । यसको स्वाद अमीलो- मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, तनावहर, व्रणरोपक, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्बुदहर, मृदुरेचक, उदररोगमा फाइदाजनक तथा अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, हृदयरोग, मानसिक तनाव, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, उदरशूल, अपच, अरुचि, मन्दाग्नि, रक्तपित्त, कामला, रक्तरोग, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, फलस्वरस सुई १०-२० मि.लि., फल १-५ वटा ३-५ पटक ।

### ४१. अमला, आँवला, पञ्चरसा, यवरा, ब्रह्मीफल, यैँरा, आँला, **Amala, Emblic Plant, Embelica, Myrobaalan,** ***Phyllanthus emblica*** (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, पात सानो फिरिरी परेको, हरियो फल पाकेपछि पहेँलो गोलो फलभित्र बीज, धेरै हाँगाबिँगाहरू भएको, पतझर, मंसिर-माघमा फल पाक्छ । यसको स्वभाव शीतल-शीतवीर्य र स्वाद अमीलो हल्का मिठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात, बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, स्मरणशक्तिदायक, जीवनीयतत्वक्षक, रुचिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, तृप्तिकारक, पित्तरोगनाशक, आयुर्वर्द्धक, बलवीर्य वृद्धिदायक, मूत्रल, त्रिदोषजविकार निष्कासक, नेत्ररोगहर, विषघ्न, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रसायन, ज्वरनिवारक, तनावहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, केशरक्षक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तजअर्बुद, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, सुजाक, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तदोष, मासिकअधर्म, अत्यधिक रजःस्राव, आँखारोग, शरीरको कडापन, आन्द्राको घाउ-सङ्ग्रहणी, ओजक्षय, अरुचि, अजीर्ण, हैजा, रक्तस्राव, कपाल झर्ने, सेतो हुने, शिरमण्डलको गर्मी, पागलपन, अपस्मार, सुक्खा दम-खोकी, रगत खराबी, रक्तार्बुद, तनाव, उच्चरक्तचाप, मुख सुक्ने, ऱ्याल नआउने, विष-उपविषको असर, वीर्यदोष, अम्लपित्त, कमलपित्त, प्रदर, हृदयरोग, विस्मृति इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ फल चुस्दै रहने, लेदो/रस २-१० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, नपाकेको काच्चो कलिलो टर्रो अमला २-३ वटा वा पिसेको ५-१० ग्राम, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक अनुपान पानी र सहपान महसँग ।

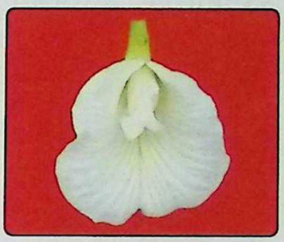
### ४२. अमारो राते, लालबडीचुकुलपत्ति, रक्तआम्रातक, लालआमडा, **Red Hog Plum,** ***Spondias pinnata*** (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सुक्खा माटोमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, काष्ठसार र बोक्रा रातो, पतझर, स्रावणमा रातो फुल्ने, पात लाम्चो केही फराकिलो, छड्के हाँगाबिँगाहरू, झुत्तोमा हरियो र पाकेपछि पहेँलो अण्डासमान फलभित्र मीठोरस गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद अमिलो-मीठो र

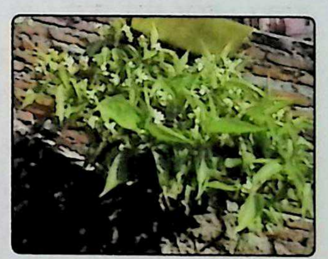
स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुधर्मपालक, मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, अग्निकारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदयहितकारी, केशरक्षक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, पित्तरोग, अग्निमन्द, शरीरका गतिशील अङ्गहरूको कडापन, आँखाको सुक्खापन, अरुचि, अजीर्ण, मुटुरोग, अम्लपित्त, हैजा, कामला, ज्वर, कब्ज, उदरशूल, अर्श, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ पात, १ फल, तेल ३-१० ग्राम, पातस्वरस ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**४३. अपराजिताश्वेत, गोकर्णी, विष्णुक्रान्ता, सफेदअपरा, Clitoria Pea Plant, Conch-Shell Flower, *Clitoria* sp.** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-५० फिट लामो फैलिन्छ र भ्याङ लाग्छ, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने अपराजिता बहुवर्षजीवी लता हो । यो गाईको कान आकारका आकर्षक अति सुन्दर फूल, लामो कोसाभित्र केराउसमान फलभित्र मुसुरोसमान काला गेडा हुन्छन् । दुवै अपराजिता गुणमा समान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतवीर्य । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, त्रिदोषशामक, बुद्धिदायक, मृदुविरेचक, मूत्रनिस्सारक, ऋतुस्रावनियन्त्रक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, विषनिवारक, नेत्ररोगमा हितकारी, क्षयरोगजन्यरोगमा गुणकारी, उदररोनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : अपराजिताले अण्डकोशवृद्धि, गलगाँड, गाँठा-गिर्खा, कमलपित्त, गर्भपात, जलोदर, पुरानो खोकी कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, मूत्ररोग, विषप्रभाव, गर्मी-पित्तज्वर, क्षयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, अर्श आदिमा अत्यन्त लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : धूलो/बीजचूर्ण ३-१० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक ।

**४४. असुरो, अडुसा, बासक, रुस, आसुरी, पञ्चुइया, कालबासिङ्गो, अलेहमा, रिवा, बासिङ, किप्लिसोङ, Gorkha Nut, Asuro Plant, Adulsa, *Justicia adhatoda*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक गाउँ/ठाउँमा पाइन्छ । यो बहुवर्षायु, ५-१० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, पात लाम्चो गाढा हरियो-कालो, कोसामा फलभित्र ४ वटा बीजहरू हुन्छन् । स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, क्षयहर, ज्वरनिवारक, रक्तस्रावनियन्त्रक, रक्तशोधक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, श्वासनलीको सङ्कुचन र सुक्खापनमा लाभदायक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, रक्तविकारहर, श्वरसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, जलशोषक, मेदहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले चिसो, रुघा, खोकी, दम, पिनास, मुखबाट रगत आउने, रक्तवमन, छातीरोग, गला-घाँटीका रोगहरू, टन्सिल, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा आउने, कुष्ठ, दुबी, दाद, लुत्तो, आन्द्राका घाउ, नाथ्री फुट्ने, टाउको दुख्ने, कन्सिरीदर्द, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पत्थरी, जिब्रो-मुखका खटिरा, क्षयरोग, रक्तस्राव, हैजा, जलोदर, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो १ ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, भस्म १-२ ग्राम, क्षार १-५ रत्ती ३-५ पटक ।

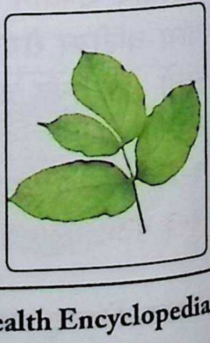
### ४५. अनदी चिफ्लो, कुम्भिकाधान, कुम्भिकाधान्य, **Kumbhika Rice, *Oryza* sp.** (Family :Poaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ३२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार तिखो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, डल्लो धान रातो भुप्पामा, बास्नादार पीत चामल हुन्छ । यो जेठ-साउनमा रोपेर असोज-मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद चिफ्लो र मीठो-बास्नादार हुन्छ । यो चामलमा प्रोटिन र क्याल्सियम धेरै मिल्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अस्थिपोषक, वेदनानाशक, स्तन्यजनन्, पित्तनाशक, कफघ्न, रुचिकारक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तप्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, पेटका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ भएका, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ४६. अनारसेतो, श्वेतदाडिम, सफेद अनार, **White Pomegranate Plant, *Punica* sp.** (Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक माटोमा खेती गरिएको पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा, सेतो फुल्ने, गोलो सेतो फलभित्र सेता दाना, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो साना हुन्छन् । यो सदा हराभरा रहने बिरुवा हो । स्वाद फल पाकेपछि अमिलो-मीठो-टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : विशेष फल र अन्य पात, फलबोक्रा, डाँठको बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फल तृप्तिकारक, मलरोधक, रुचिकारक, क्षुधावर्द्धक, पित्तनाशक, हृदयहितकारी, मूत्रनिस्सारक, पोषक, वीर्यवर्द्धक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, वमन, सुकेनाश पेट सुक्दै जाने, उन्माद, छारे, अपस्मार, मृगी, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, रगतको कमी, रक्तस्राव, सुक्खा दम-खोकी, मुटुको तेजी धड्कन-फड्कन, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, गला-घाँटीका रोग, मुख र आन्द्राका घाउ, आँतका गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ फलका दाना, फलको बोक्रा र काण्डको बोक्रा २-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढा १ कचौरा, पञ्चाङ्ग अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल बोक्रा टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ४७. अनन्तमूल सेतो, दूधे सारिवा, श्वेतदुग्धसारिवा, **Wild Sarsaparilla Plant, *Aralia nudicaulis*** (Family : Araliaceae)



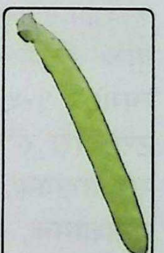
**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो धेरै उब्जनी गर्नका लागि प्रायः गर्मी हावापानीमा खेति गर्नुपर्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चेप्टो केही लाम्चो पात, पुष्पदण्ड हरियो फूल सेतो हुन्छ । यो चिस्यानमा र वर्षादमा सर्वत्र हुन्छ । स्वाद मीठो-स्वादिलो र हल्का तितो र स्वभाव शीतल-शीतवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, उत्तेजक, बलवर्द्धक-पुष्टिकर, वातव्याधिहर, त्रिदोषनाशक,

रगतवृद्धिदायक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, अबुर्दहर, दुग्धवर्द्धक, गर्भस्थापक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, ओजक्षय, ढाड-कम्मर दुख्ने, अङ्ग दर्द, प्रदर, रक्तस्राव, रगतको कमी, स्नायुगत-नसारोग, आन्द्रा सुकेर दुब्लाउने रोग, हाडवात, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, पक्षाघात, आमवात, सर्वाङ्गवात, कुपोषण, हाडरोग, कब्ज, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस ५-१० ग्राम, धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी पेय १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, जराको टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ४८. अनन्तमूल ठूलो पाते कालो, कृष्णअनन्तमूल लता, Black Sarsaparilla Plant, Kalo Anantamul, *Smilax* sp. (Family : Smilacaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो भुइँमा वा कुनै वनस्पतिको आड लिएर फैलिन्छ, ठूलो पात चेप्टो केही लाम्चो, डाँठ र पात कोट्याउँदा दूध निक्लन्छ, नीलो हल्का कालो फुल्ने, पात केही कालो, तेलीयबीजहरू, जरा केही कालो बोक्राभित्र फुस्रो हुन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिकारक, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, शुक्रजनक, हाडको रोगमा उपयोगी, वातव्याधिहर, दर्दहर, वेदनाशामक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, अस्थिपोषक, पीडाहर, गर्भपोषक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले धातुरोग, हाड-ढाड दुख्ने, वातरोग, शरीर कमजोरी, रगतको कमी, वीर्यको अभाव, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, गर्भकमजोर, प्रदर, मासिकअधर्म, मेरुदण्ड-पातोदर्द, कुपोषण, बुढचौलीपन, शीघ्रवीर्यस्खलन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म ३-५ ग्राम, जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी वा क्याप्सुल २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४९. अपराजिता पखेटापाते रातो, लालअपरा, Wing-Leaved Plant, *Clitorea* sp. (Family : Fabaceae)



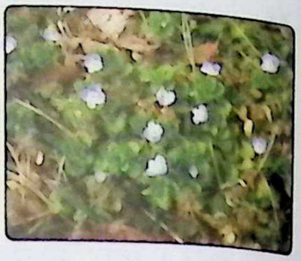
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरा लाग्ने, रातो फुल्ने, पखेटा पात दुवैतिर गएका र डालीमा ५-७ पात, कोसाभित्र गेडा लाग्छन् । स्वाद मिठो-तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषनाशक, बलकारक, पोषक, रक्तशोधक, मूत्रल, त्रिदोषनाशक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पित्तज्वरनिवारक, व्रणरोपक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, कलेजो सुन्निएको, छालारोग, कमजोरी, रक्तविकार, कमजोरी, यौनजन्यरोग, विषप्रभाव, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मूत्ररोग, रक्तस्राव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण इत्यादि सन्चो पार्छ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., स्वरस १०-१५ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५०. अमोरा, अरमले रातो, Red Chick Weed, *Anagallis arvensis* (Family : Primulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, दुवैतिर गएका, सुनौलो सेतो पाँचपत्रे थुङ्गामा फुल्ने, लाम्चो फलभित्र मसिना गेडा वर्षादमा हुन्छ । यसको सर्वाङ्ग प्रयोगमा ल्याइन्छ । स्वाद टर्रो-तितो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मृतिदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, मष्तिसक पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मृर्गी-अपस्मार, दिमागी गर्मी, छालाका रोग, रजःवीर्यदोष,

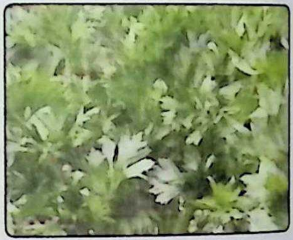
मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, अर्बुद, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी, धनुर्वात, पक्षाघात, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। सर्पविषमा हरेक ३/३ घण्टामा स्वरस १०-२० ग्राम खाँदा जलन कम भई ३ दिनमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम चूर्ण, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, बीज वटी २-३ वटा, सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ५१. अमोरा, धरती सफेदढाक, अरमले सेतो, White Chick Weed, *Anagallis arvensis* (Family : Primulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, दुवैतिर गएका, सेतो पाँचपत्रे थुङ्गामा फुल्ने, लाम्चो फलभित्र मसिना गेडा वर्षादमा हुन्छ। यसको सर्वाङ्ग प्रयोगमा आउँछ। स्वाद टर्रो-तितो र स्वभाव उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मृतिदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, बलकारक, रज:वीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, मस्तिष्क पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मृर्गी-छारे, अपस्मार, दिमागी गर्मी, छालाका सबै रोग, रज:वीर्यदोष, मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, अर्बुद, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी, धनुर्वात, पक्षाघात, प्रदर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। सर्पविषमा हर ३/३ घण्टामा स्वरस १०-२० ग्राम खाँदा जलन कम भई ३ दिनमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम चूर्ण, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, बीज वटी २-३ वटा, सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ५२. अजमोदा हिमाली, हिमज्वानो, हिमालयनअजवायन, जेवायनी, Himalayan Wild Celery, *Apium graveolens* (Family : Apiaceae)

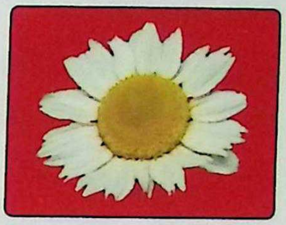


**चिनारी** : यो हिमालीक्षेत्रको ठण्डा जलवायुका हर माटोमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात अनेक भागमा विभक्त प्रत्येक भाग काटिएका त्रिशूलाकार, फूल हरियो-सफेद छत्तामा, फल पहेँलो-खरानी रङको अण्डाकार १-२ मि.मि. लामो र १-५ मि.मि. चौडा, ५ मि.मि. मोटो हुन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पिरो र बास्नादार हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पाचक, उत्तेजक, वातानुलोमक, बल्य, मूत्रल, गर्भाशय सङ्कोचक, वातशामक, अग्निद्वीपक, विषघ्न, शोथघ्न, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, उदरशूल, वमन, हिक्का, अपचन, वातरक्त, नष्टआर्तव, श्वासनलीशोथ, सन्धिवाथ, कलेजो र मृगौलारोग, मूत्रसम्बन्धीरोग, सर्वाङ्गशोथ, शूल, विषप्रभाव, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, आउँ-पखाला, गानो-गुल्म, कर्णशूल, पेट फुल्ने-डम्म-ढुस्स भइरहने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो शास्त्रमतको औषधि हिंग्वष्टकमा अजमोदा मिश्रण गर्ने चलन छ। अजमोदा पागलपन, अपस्मार र गर्भिणीका लागि हानिकारक हुन्छ। **मात्रा** : फलचूर्ण १-२ ग्राम र मूलचूर्ण आधा चम्चा पानीसँग, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, पात १-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा २-५ पटक।

### ५३. अकरकरा, आक्कलक, अक्कलकरो, Pellitory Root, Akarkara Plant, *Anacyclus pyrethrum* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो वहुवर्षीय वनस्पति गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। अचेल १८०० मिटरसम्म सर्वत्र बीजलाई उमारेर खेती गरिन्छ। यो एक फिट अग्लो, पात छिन्नभिन्न त्रिशूलाकार, जरा सेता ७-१२ अङ्गुल लामो, पुष्प

पीतवर्ण गन्धयुक्त हुन्छ । पुष्प बाहिर रातो र भित्र सेतो केशर पहेँलो, गोलाकार घाम गएपछि फूल खुम्चिन्छ र सुई उदाएपछि फुल्छ, २-३ हप्तामात्र फुलेर फल लाग्छ, ३-४ महिनामा फुल्ने ८-१० महिनामा बीज पाक्छ। स्वाद तीक्ष्ण-कटु । यसको जरा ११ वर्षसम्म नष्ट हुँदैन । यसमा उड्ययनशील तेल तथा पाइरेथ्रिन (Pyrethrin) नामक क्षाराभ हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, उत्तेजक, वेदनानाशक, शोथहर, बलकारक, शुक्रस्तम्भक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, पुष्टिकर वाजीकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गदर्द, शारीरिक कमजोरी, यौनशक्तिमा शिथिलता, सुन्निएको-दुखेको, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, हाड-ढाडदर्द, जोर्नीवाथ, धनुर्वात, गृध्रसी, कटिवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, मांसपेशीय दुखाइ, नसारोग, बुढचौलीपन, ठोक्किएको-लडेको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले हृदयगति तीव्र पार्छ, रक्तसञ्चार क्रिया बढ्छ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम धूलो, ५-१० ग्राम रस/लेदो, १ माना काँढापानी/रस, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., १-२ वटी, २-३ ग्राम खोटो, १-२ वटा टुक्रा जरा, १-३ ग्राम बीज ३-५ पटक ।

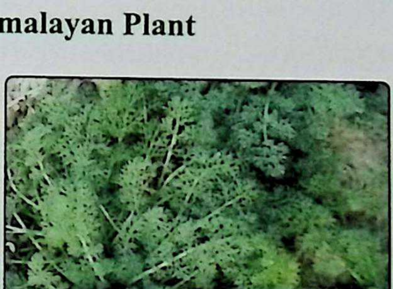


### ५४. अरणी सुनौलो, अरेली, स्वर्णखदिरपत्री, अइली, उचो कथरेटी, एरारी, Cutch-Arenii Plant, Golden Cutch Shrub, *Mimosa rubicaulis* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो १८०० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, हाँगाबिँगामा काँडाहरू, खयरपत्रसमान संयुक्त पात, सुनौलो फुल्ने, कोसामा मीठो गेडा लाग्दछन् । स्वाद अन्यभाग टर्रो र फल मीठो, स्वभाव उष्ण शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, जलशोषक, वातव्याधिहर, कफनाशक, गर्भाशय सङ्कोचक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमको पीडाहर, अस्थिपोषक, सप्तधातु उत्पादक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले जोर्नी दुख्ने, आमवात, गृध्रसीवाथ (साइटीका), कफग्रस्त खोकी, पेटमा पानी भरिने, गर्भाशय सुन्निने, पाठेघर खस्ने, चिसो भइरहने, शारीरिक कमजोरी, नसारोग, दम, खोकी, विषप्रभाव, कुपोषण, रगतको कमी, अतिश्रमको पीडा, हाड-ढाडको रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवाथ, सन्धिखुकुलो, हाड घोटिने, कटिवात, चोटपटक इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., वटी २-३, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ५५. अकरकरा हिमाली, अकल्लक, हिमअकरकरा, Pellitory Root Himalayan Plant

**चिनारी** : यो ३५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ। यो अकलकरासमान किन्तु केही सेतोपन भएको रौंदार ५-१२ अङ्गुल अग्लो, पात छिन्नभिन्न त्रिशूलाकार झपक्कै देखिन्छ। यसको ३-७ अङ्गुल लामो जरा बास्नादार हुन्छन् । यसको जरा गुलीयो-मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा मलमूत्र निष्कासक, बलकारक, स्नायुरोगनाशक, पुष्टिकर, वेदनाशामक, रक्त-वीर्यस्तम्भक, कामोत्तेजक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातव्याधिहर, निद्राजनक, स्मृतिदायक, आयुर्वर्द्धक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मृगी-अपस्मार, कमजोरी, सन्धिवाथ, रगत खराबी, हृदयगति शिथिलता, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, साइटीका, धातुस्राव, वीर्यदोष, नपुंसकता, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष,



भेदक वीर्यको अभाव, अतिश्रमको पीडा, दम, खोकी, हाड-ढाड दुख्ने, शरीर नतात्ने, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अरिष्ट/आसव ३० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, ३-५ पटक । यसको जरा चुस्नाले छिटो लाभ गराउँछ ।

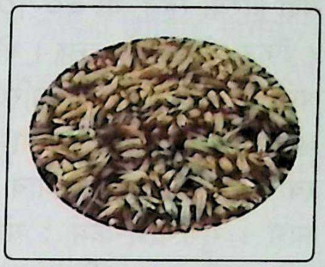
### ५६. अरणी हिमाली, हिमखदिरपत्री, आख्चिस्का, अइली, कथरेटी, एरारी, Golden Cutch Shrub, *Mimosa himalayana* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ । यो ७-१५ फिट अग्लो, हाँगाबिँगासहितको काँडाहरू, खयरपत्रसमान पात, सुनौलो फुल्छ, कोसामा मीठो गेडा लाग्दछन् । स्वाद अन्य भाग टर्रो र फल मीठो अनि स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, जलशोषक, वातव्याधिहर, कफनाशक, गर्भाशय सङ्कोचक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमको पीडाहर, अस्थिपोषक, सप्तधातु उत्पन्नकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले जोर्नी दुख्ने, आमवात, गृध्रसीवाथ (साइटीका), कफग्रस्त खोकी, पेटमा पानी भरिने, गर्भाशय सुन्निने, पाठेघर खस्ने, चिसो भइरहने, शारीरिक कमजोरी, नसारोग, दम, खोकी, विषप्रभाव, कुपोषण, रगतको कमी, अतिश्रमको पीडा, हाड-ढाडको रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवाथ, सन्धिखुकुलो, हाड घोटिने, कटिवात, चोटपटक इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., वटी २-३, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ५७. अमलताश, दीर्घफल, अहिरोगा, राजवृक्ष, यहिन्वागा, बाँदरलट्ठी, Dongha (Am), Golden Shower Tree, Purging Cassia, Pudding Stik, *Cassia fistula* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्मका दक्षिणी मोहडामा मिल्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो वृक्ष, चेप्टो पात पतझर, पहेँलपुर सुनौलो फुल्ने, फल एक-तीन फिट लामो कालोभित्र कालो मह र बीजहरू हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद फलभित्रको मह गुलीयो र अन्यभाग टर्रो-तितो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुविरेचक, वीर्यस्तम्भक, पित्तनाशक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, बलकारक, रक्तदोषहर, रक्तशोधक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तनावहर, विषघ्न, ज्वरनिवारक, अग्नि-उद्दीपक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मृगी, अपस्मार, रगत खराबी, धातुस्राव, रजःस्राव, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अग्निमन्द, रक्तक्षय कमी, पित्तज्वर, रक्तार्श, कब्ज, पेट पोल्ने-दुख्ने, सबै प्रदर, छालाका रोग, अमहिनावारी, विग्रेको कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिसहरू, रक्तस्राव, हैजा, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा-मूत्ररोग, विषप्रभाव, गर्मी-पित्तज्वर, जिब्रो-मुखका घाउहरू, मूत्रकृच्छ्र, तनाव, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, फूल-फल रस/काँढापानी १ माना, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., मह ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक । यसको फल माथिबाट थिचेर पिएमा दिसा लाग्ने र तल्लो भागको पकाएर खाएमा पखाला बन्द गराउँछ ।

### ५८. अपामार्ग सेतो डाँठे, दतिवन, उल्टाकुँर, उल्टेकुरो, बिप्पेकुँडे, Prickly–Chaff Plant, *Achyranthes* sp.
(Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, सेतो डाँठ, धेरै हाँगा, बालामा फुल्ने र फल उल्टो काँडा फलभित्र बीज हुन्छ । यो वैशाख-असारमा उम्रन्छ र बोक्रासमेतको काँडाभित्र कनिकाझैं सेता बीज मंसिरमा पाक्छ र ३ महिना रहन्छ। स्वाद बीज मीठो अन्य भाग टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा, डाँठ, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, रजवीर्यवर्द्धक, स्मरणशक्तिदायक, सन्तानदाता, दन्तरक्षक, त्रिदोषजविकारहर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, गानोगोला, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, कमलपित्त, अर्बुद, हैजा, प्रदर, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा निक्लने, सर्वज्वर, दाँतरोग, कानमा पीप बगेको, कर्णपाक, मिर्गौलापत्थरी, पित्ताशयपत्थरी, जीर्णआमवात, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **अपामार्गक्षार बनाउने तरिका** : अपामार्ग पञ्चाङ्गलाई जलाएर सेतो खरानी बनाउने । त्यो खरानीलाई १५ घण्टा आठगुणा पानीमा राखेर घण्टामा १५ पटक चलाउने र छोड्ने, १० घण्टा अचल राख्ने र माथिको पानी पिँधमा नचलाई छानेर अर्को भाँडामा राख्ने र उमाल्ने, पानी सुक्दै जाँदा जब सेतो रहन्छ, त्यसलाई अपामार्ग क्षार भनिन्छ । **अपमार्गक्षार तेल** : अपामार्गक्षार २० ग्राम ३ मुठी स्वास्थ्यकर चर्ने गाईको मूत्र र ३ मुठी तिलको तेलमा फलामे कराहीमा पकाएर जब तेलमात्र शेष रहन्छ। यो तेल कानसम्बन्धी अचुक औषधि हो । **मात्रा** : बीजखीर ५०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., क्षार १-३ रत्ती ३-५ पटक ।

### ५९. अल्लो, चाल्नेसिस्नु, बृहत्वृश्चिका, Cha Pha (Am), Hill Nettle Plant, *Girardinia diversifolia*
(Family : Urticaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १५००-३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात त्रिशूलाकार, जरा सेतो, सेता झुसे काँडा, सेतो फुल्ने, बालामा धेरै तेलीयगेडा फल्ने, पतझर, डाँठ (काण्डमा) पाट (रेसा) भएको हुन्छ । यो असोज, मंसिरमा पाक्छ र पौष-माघमा पाट निकाली उच्चस्तरीय धागो बनाइन्छ । यो छुँदा झुसले पोल्छ । स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद पात पकाएपछि मीठो-चिप्लो र जरा र बीज टर्रो-मीठो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कलिलो पात-मुना, जरा, गेडा, पात, छिप्पिएको पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल-मृदुविरेचक, वातहर, पीडानाशक, अस्थिपोषक, कफनिस्सारक, स्वास्थ्यवर्द्धक-पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, मेद-मज्जाकारक, अतिश्रमहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, गृध्रसी, कटिवात, पक्षाघात, अङ्गशोथ, नसागत-स्नायुतन्तुहरूको कमजोरी, ढाड-कम्मर दुख्ने, जोर्नीदर्द, करङ सड्कने, कब्ज, अर्श, रजःवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको वस्त्र वातरोगमा अति उपयोगी हुन्छ र धेरै वर्ष टिक्छ । **मात्रा** : बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग चूर्ण १ चम्चा, साग रसिलो खोले-फाँडो १ माना, साग ५०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६०. अगर, अगुरु, अगरबत्ती, **Agarwood Tree, *Aquilaria* sp.** (Family : Thymelaeaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो रूख सदा हरियो रहने, यो ८०-१०० फिट अग्लो, दुवैतिर गएका लाम्चो पात, काष्ठ ५ फिट गोलाइको हुन्छ । यो सेतो गुच्छामा फुल्ने र फल १-२ अङ्गुल लामो अण्डाकार कमलो रौँले बेरिएको हुन्छ । पुरानो २० वर्षको वृक्षमा बास्नादार चोप निक्लन्छ । यसलाई रोग लगाएर ५-१० वर्षमा चोप बनाउने चलन छ । स्वाद टर्रो-तितो र स्वभाव उष्ण-उष्णवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनाशक, वातनाडी उत्तेजक, अग्नि-उद्दीपक, मूत्रनिस्सारक, चर्मरोगहर, मङ्गलकारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, पीडानाशक, वातव्याधिहर, विषघ्न, शोथघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुकुरखोकी, कर्णरोग, दुबी, दाद, लुतो, कुष्ठ, क्षय, पिनास, रुघा-मर्की, कफग्रस्त दम-खोकी, नेत्ररोग, वमन, मस्तिष्क शिथिल, जोर्नीवाथ, सुन्निने, अङ्गदर्द, मृगी, शीतज्वर, रक्तातिसार, अर्बुद, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, पुरानो घाउ-खटिरा, पक्षाघात, आमवात, अपस्मार, संक्रमणकालीन रोग, उदरशूल, गानो, अर्श, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको अगर बत्ती/धूप/अत्तर धेरै महङ्गो पर्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, धूलो १-३ ग्राम, लेदो/रस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६१. अर्फुकाँडो रातो, लालखरिबेलो, अरी, अयारोबेली, **Red Climbing Acacia Plant, *Acacia pennata*** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लता १००-३०० फिट लामो फैलिने विशाल झ्याङ, पात संयुक्त, साउन-भदौमा रातो फुल्ने, कोसाभित्र मसिना काला तेलीयबीज हुन्छन् । यो मंसिरमा पाक्छ । यो काँणेदार लहरा पात खयरझैँ हुन्छ । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, सङ्कोचक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, अग्नि-उद्दीपक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, गर्भाशय शक्तिकारक, बल-वीर्यदायक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, विषघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वर व्यवस्थापक, सप्तधातु उत्पादक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, अङ्ग दुख्ने-सुन्निने, रुघा, पिनास, दम, खोकी, तुण्डिकाशोथ, जिब्रो-मुखका घाउ, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, पाठेघर सुन्निने-खस्ने, रजःवीर्यदोष, ढाड-कम्मर दर्द, अर्बुद, श्वासरोग, फोक्सोशिथिल, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/रस ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, अरिष्ट/आसव ३० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, जरा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ६२. अगर कालो, कृष्णागुरु, कृष्णागर, **Black Agar wood Plant, Eagle wood, *Aquilaria agallocha*** (Family : Thymelaeaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष ८०-१०० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, काष्ठसार कालो, पात आयाताकार चुच्चो परेको चम्किलो, चोप निक्लने २० वर्षको रूख ५ फिट गोलाइ लिएको, कालो चोप, हरियो-पहेँलो झुप्पोमा फूल बालामा, चेप्टो फलभित्र गुदी र काला बीजहरू पुच्छरसहितको चुच्चो तेलीय हुन्छन् । फल १-२ अङ्गुल लामो अण्डाकार मुलायम

झुसले बेरिएको हुन्छ। स्वाद तीतो केही टर्रो बास्नादार र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा, चोप, पात, फूल र फल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अति सुगान्धित, रक्तरोगहर, अग्नि-उद्दीपक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, विषघ्न, पीडाहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, रसायन, केशवर्द्धक, पित्तनाशक, शोथहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले सुन्निने, दुख्ने, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, फोक्सो शिथिल, पागलपन, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, छालारोग, समस्त रक्तविकार, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, गृध्रसी, श्वासरोग, एच.आई.भी./एड्स, क्षयरोग, घाउ-खटिरा, कर्णशूल, विषजन्य असर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** १-५ ग्राम बोक्रा धूलो, अत्तर ३-५ थोपा, काँढापानी १ गिलास, चोप/भस्म १ ग्राम, तेल २० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि.३-५ पटक।

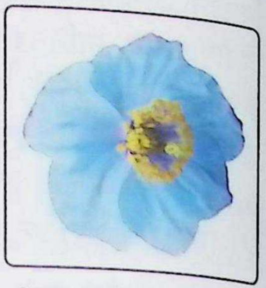
**६३. अर्फुकाँडो सेतो, खरिबेलो, अरी, अयारोबेली, Climbing Acacia Plant, Arfu White Vine, *Acacia* sp.**
(Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लहरो ठूलो झ्याङ, संयुक्त पात, साउन-भदौमा सेतो फुल्ने, काष्ठसार सेतो, कोसाभित्र मसिना काला तेलीयबीज हुन्छन्। यो असोज-मंसिरमा पाक्छ। यो काँणेदार लहरा पात खयर जस्तै देखिन्छ। फल मीठो र अन्यभागको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तशोधक, अर्बुदहर, वेदनाशामक, सङ्कोचक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, अग्नि-उद्दीपक, कफनिस्सारक, गर्भाशय शक्तिकारक, बल-वीर्यदायक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, विषघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वरव्यवस्थापक, सप्तधातुउत्पादक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, अङ्ग दुख्ने-सुन्निने, रुघा, पिनास, दम, खोकी, तुण्डिकाशोथ, जिब्रो-मुखका बिबिरा, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, पाठेघर सुन्निने-खस्ने, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, ढाड-कम्मर दर्द, अर्बुद, श्वासरोग, फोक्सोशिथिल, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चूर्ण/लेदो/रस ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, अरिष्ट/आसव ३० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, जरा चुस्ने ३-५ पटक।

**६४. अजमोदा, जङ्गलीज्वानो, बनेलुअजबायन, जेवायनी, Celery Fruit, Wild Celery Plant, *Apium graveolens***
(Family : Apiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हर माटोमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, फराकिलो पात अनेक भागमा विभक्त प्रत्येक भाग काटिएका त्रिशूलाकार, फूल सफेद छत्तामा, फल पहेँलो-खरानी रङको अण्डाकार १-२ मि.मि. लामो र १-५ मि.मि. चौडा, ५ मि.मि. मोटो हुन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पिरो बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पाचक, उत्तेजक, वातानुलोमक, बल्य, मूत्रल, गर्भाशय सङ्कोचक, वातशामक, अग्नि-उद्दीपक, विषघ्न, शोथघ्न, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आमवात, उदरशूल, वमन, हिक्का, अपचन, वातरक्त, नष्टआर्तव, श्वासनलीशोथ, सन्धिवाथ, कलेजो र मिर्गौलारोग, मूत्रसम्बन्धीरोग, सर्वाङ्गशोथ, शूल, विषप्रभाव, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, आउँ-पखाला, गानो-गुल्म, उदरशूल, कर्णशूल, पेट फुल्ने-डम्म-ढुस्स भइरहने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो शास्त्रमतको औषधि हिंग्वष्टकमा अजमोदा मिश्रण गर्ने चलन छ। अजमोदा पागलपन, अपस्मार र गर्भिणीका लागि हानिकारक हुन्छ। **मात्रा :** फलचूर्ण १-२ ग्राम र मूलचूर्ण आधा चम्चा पानीसँग, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, पात १-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा २-५ पटक।

### ६५. अजक, तासर, कान्ता, गोन (अम्ची), **Purple Poppy Plant, *Meconopsis horridula*** (Family : Papaveraceae)

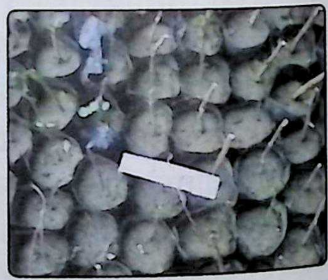


**चिनारी** : यो झुसे दुर्लभ बुटी ३०००-६३०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, काण्ड काँडादार पात काँडे भालाकार, फूल निलो केशर सुनौंलो रङको फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र स-साना बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रक्तशोधक, वातव्याधिनाशक, वेदनाशामक, चर्मरोगहर, रक्तविकारहर, विषघ्न, रक्तचाप व्यवस्थापक, ज्वरनिवारक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, पीडाहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, हाड फुट्ने-टुट्ने, जोर्नी दुख्ने, स्नायु कमजोरी, हाडको ज्वर, विषप्रभाव, आमवात, पक्षाघात, गृध्रसी, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, दुबी, दाद, कुष्ठ, सुन्निने इत्यादि सन्चो गराउँछ। सङ्कलन : भदौ-असोज। **मात्रा** : १ चम्चा ३-१० ग्राम लेदो/धूलो, १ गिलास काँढापानी, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, १-२ ग्राम खोटो/भस्म, २-३ पटक।

### ६६. असारेफूल रातो गर्मीको, **Crape myrtle Red Plant, *Lagerstroemia indica*** (Family : Lythraceae)

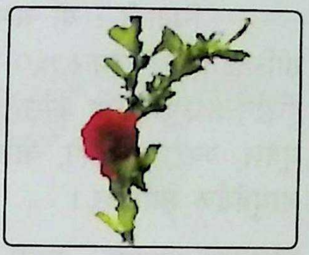
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। प्रायः यो गर्मीमा धेरै मिल्छ। यो हाँगाबाट सर्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, चेप्टो पात, रातो फूल, फुल्ने-फल्ने समय भदौ-मंसिरसम्म हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, बृहणीय, शीतल, मूत्रल, ज्वरघ्न, ग्राही, पित्तनाशक, रसायन, पुष्टिकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, पागलपन, जोर्नीदर्द, वीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौलारोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुपर्छ।

### ६७. असारेफूल सेतो-रातो गर्मीको, **Crape Myrtle Plant, *Lagerstroemia speciosa*** (Family : Lythraceae)



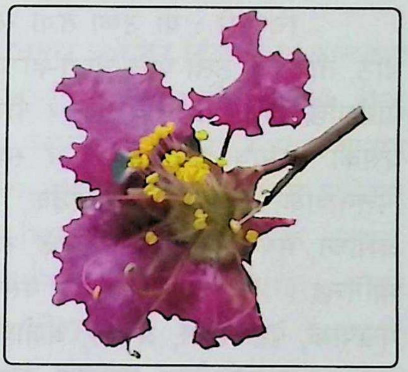
**चिनारी** : यो उष्णक्षेत्रका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। प्रायः यो पतझर, गर्मीमा धेरै मिल्छ र हाँगा काटेर सारिन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, चेप्टो पात, सेतो-रातो फूल, फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, बृहणीय, शीतल, मूत्रल, ज्वरघ्न, ग्राही, वातव्याधिनाशक, रसायन, पुष्टिकर, वाजीकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, पागलपन, जोर्नीदर्द, वीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौला रोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर, दन्तशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुपर्छ।

### ६८. असारेफूल रगते, **Crape myrtle Blood Plant, *Lagerstroemia* sp.** (Family : Lythraceae)



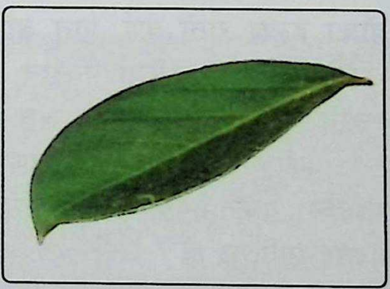
**चिनारी** : यो गर्मी क्षेत्रका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । प्रायः यो पतझर, गर्मीमा धेरै मिल्छ र हाँगा काटेर सारिन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, चेप्टो पात, रगतसमान रातो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, बृहणीय, शीतल, मूत्रल, ज्वरघ्न, वातव्याधिनाशक, रसायन, बृक्कपुष्टिकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, जोर्नीदर्द, रजःवीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौला रोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर, दन्तशूल, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुस् ।

### ६९. असारेफूल गुलाबी गर्मीको, **Crape Myrtle Plant, *Lagerstroemia indica*** (Family : Lythraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । प्रायः यो पतझर, हाँगा काटेर सारिन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, चेप्टो पात, गुलाबी फूल, केशर फुलिझैं फुल्ने-फल्ने समय भदौ-मंसिरसम्म हो । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म**:यो बृहणीय, मूत्रल, ज्वरघ्न, रक्तशोधक, ग्राही, वातव्याधिनाशक, रसायन, पुष्टिकर, वाजीकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, पागलपन, जोर्नीदर्द, वीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौला रोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर, दन्तशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुपर्छ ।

### ७०. असारेफूल लेकको, **Himalayan Crape myrtle Plant, *Lagerstroemia indica*** (Family : Lythraceae)



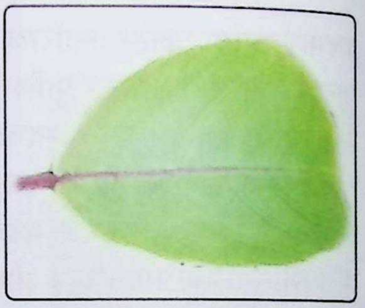
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । प्रायः यो ठन्डामा धेरै मिल्छ र हाँगालाई काटेर सारिन्छ । यो पतझर वृक्ष हो । यो १०-३० फिट अग्लो, चेप्टो पात, प्याजी फुल्छ । फुल्ने-फल्ने समय असार-मंसिरसम्म हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, बृहणीय, शीतल, मूत्रल, ज्वरघ्न, ग्राही, वातव्याधिनाशक, रसायन, पुष्टिकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, पागलपन, आमवात, रजःवीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौलारोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुपर्छ ।

### ७१. असारेवृक्ष, **Gauva Crape myrtle Plant,** ***Lagerstroemia calyculata*** (Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । प्रायः यो ठन्डामा धेरै मिल्छ र हाँगालाई काटेर सारिन्छ । यो पतझर, ६०-१०० फिट अग्लो, चेप्टो पात, सेतो-रातो फूल, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, बृहणीय, शीतल, मूत्रल, ज्वरघ्न, ग्राही, वातव्याधिनाशक, रसायन, पुष्टिकर, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, वेदनानाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, प्रदर, शुक्रमेह, नेत्रविकार, पत्थरी, कामला, अपस्मार, पागलपन, जोर्नीदर्द, वीर्यको कमी, नपुंसकता, स्मृतिह्रास, मिर्गौलारोग, शरीरका घाउ-खटिरा, कमजोरी, पित्तज्वर, दन्तशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक अनुपान-सहपान मिलाएर खानुपर्छ ।

### ७२. अमलबेलो, अंबटबेली, अत्यम्लपर्णी, हेगोली, तमन्य, **Bush Grape, Three Leaved Wild Vine,** ***Cayratia trifolia*** (Family : Vitaceae)



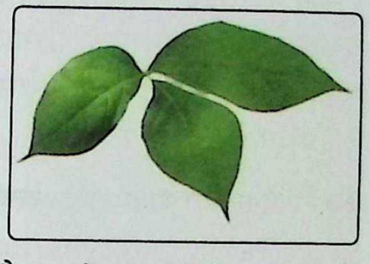
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो रातो डाँठ, तीनपाते ठूलो पात चेप्टो-हरियो-सेतो फुल्ने, फल हरियो गोलाकार गेडा पाकेपछि काला फलभित्र गुदी र बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अमीलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अर्शोघ्न, मूत्रल, पित्तज्वरनिवारक, स्त्रीधर्मपालक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, मुखपाक, पेट पोल्ने, अरुचि, अजीर्ण, मूत्ररोग, पित्तज्वर, हेपाटाइटिसहरू, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रक्तस्राव, हैजा, रक्तरोग, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, मोटोपन, उदरशूल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### ७३. अग्र, घनसर, **Agri Plant,** ***Croton oblongifolius*** (Family : Euphobiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यम आकारको वृक्ष, बोक्रा हल्का रातो वर्ण, पात आँपसमान ५-१० इन्च लामो, उग्रगन्ध भएको, पुष्प हरियो-पहेँलो मञ्जरीमा फुल्छन्, गोलाकार सानो त्रिकोणाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातुपरिवर्तक, रेचक, अर्शोघ्न, शोथघ्न, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, वातव्याधिहर, विषघ्न, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, मेदहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कलेजो र मिर्गौलावृद्धि, पित्तवृद्धि, ज्वर, कटिवात, गृध्रसी, विषप्रभाव, सुन्निएको, सर्पदंश, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, प्रमेह, प्रदर, मोटोपन, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ७४. अनन्तमूल पहेँलो, सारिवा पीत, **Yellow Sarsaparilla Plant**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । लहरो आमने सामुन्ने पात लामो चुच्चो, पहेँलो फुल्ने, फल ५-१० से.मि. लामो चुच्चो परेको दुई/दुई फल्छन् । यो १२०० मिटरसम्ममा प्रायः गर्मी भूमिमा राम्रो खेती हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो र टर्रो हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफपित्तनाशक, शोथघ्न, सङ्ग्रहणी रोगमा लाभदायक, वमनकारक, फोक्सो उत्तेजक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जरा, पात, डाँठ फूल र फल सबै भागले दम, खोकी, श्वासनली सुन्निएको, सङ्ग्रहणी, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जराले वमन गराउने र मद्यपानका आदतीलाई चुसाउने गर्दा निकै लाभ मिल्दछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, क्षार २-३ चामलभर २-३ पटक ।

### ७५. अम्रिसो, अम्लिसो, झाडुघाँस, अम्लनाश, ओलस्या, कुचो, कुसारी, **Boquetgrass, Nepalese Broomgrass, *Thysanolaena maxima*** (Family : Poaceae)

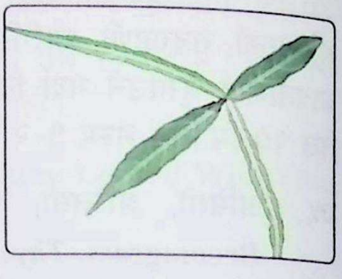
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो मूल जराबाट चारैतिर गाँज हालेर कान्लामा हुर्कने, पहिरोमा उम्रने र भूक्षय रोक्ने अमृसो सर्वत्र हुन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, लामो बालामा (कल्क) बीज, पात भालाकार बाँसझैँ, बीज मंसिरमा पाक्छ, फूल बुङ्बुङ्ती धूलो उड्छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कषाय र केही मिठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा त्रिदोषशामक, वातव्याधिहर, पुष्टिकर, वातनाशक, पत्थरीहर, वेदनाशामक, शोथघ्न, मूत्रल, अस्थिपोषक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरहर, अर्बुदहर, पीडाहर, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, सङ्कोचक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, कफग्रस्त दम-खोकी, अङ्गदर्द, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, आमवात, पक्षाघात, सन्धिखुकुलो, गर्भाशयशोथ र खस्ने, अर्बुद, हाड-ढाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । जराले अम्लता नाश गर्छ । **मात्रा** : जराको लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, जराटुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७६. अर्जुन, धवल, काहु, अर्जुनकाठवा, ककुभ, **Arjun Myrobalan Plant, *Terminalia arjuna*** (Family : Combretaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ५०-८० फिट अग्लो, जिब्रोझैँ पात लाम्चो पछाडि डाँठमा २ गाँठो, वैशाख-जेठमा हरिताभ-श्वेत फूल बालामा लाग्छ, फल १-२ अङ्गुल लामो हरियो गाँठो फागुनतिर पाक्छ । यसको चोप पारदर्शी, सुनहरा र सफा निस्कन्छ । यसको स्वाद चिप्लो, टर्रो र केही मिठो हुन्छ । स्वभाव : उष्ण शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात, फूल, चोप र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, रक्तशोधक, पित्तहर, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, रक्तदोषनिवारक, ज्वरघ्न, रक्तभार व्यवस्थापक, विषघ्न, मृदुरेचक, व्रणशोधक, कफनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, कमलपित्त, मूत्रकष्ट, विषप्रभाव, कब्ज, हाड टुट्ने-फुट्ने, दुखाइ, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म,

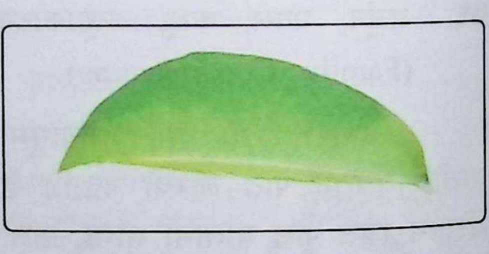
प्रदर, रक्तविकार, रक्तपित्त, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको बोक्रामा टेनिन, ग्लुकोसाइड, सोडियम र केही क्लोराइड भएकाले हृदयलाई उत्तेजना दिने, सक्रिय गराउने, शिथिलता मेटाउने रक्तवाहिनी नलीहरूको संकुचन र रक्ताभिशरण क्रियाको दबाब बढाउँछ। **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ ५०-१०० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

**७७. अनन्तमूल गाढा रातो, रक्तोत्पलसारिवा, रक्तक्षिरिणी, Sarsaparilla Red Plant, *Hemidesmus indicus*** (Family : Apocyanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो गाढा रातो रडको ३-१० फिट लामो लहरो, भालाकार पात ३-४ अंगुल लामो, डाँठ र पात कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ, रातो फुल्ने र फल फुटेपछि रुई निक्लने, जराको बोक्रा रातो भित्र टेढोमेढो, गोलो सुगन्धदायक कन्द हुन्छ। स्वाद मीठो, हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मधुर, शुक्रजनक, क्षुधावर्द्धक, मूत्रविरेचक, धातुपरिवर्तक, पारा बन्धनकारी, बलकारक, रक्तशोधक, विषघ्न, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, वेदनाहर, वातव्याधिहर, तनावहर, स्मृतिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसमा जीवनविनिमयक्रियालाई उत्तेजना दिने धर्म अति मूल्यवान् हुन्छ। यसले मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पत्थरी, मूत्रावरोध, अर्श, श्वेतप्रदर र रक्तप्रदर, समस्त रक्तविकार, मासिकधर्मको घटीबढी, शारीरिक कमजोरी, पित्तजन्य गर्मीरोग, बालबालिकाको आन्द्रा सुक्नेरोग, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाड-ढाडको रोग, विषप्रभाव, धातुरोग, दुब्लाउने, तनाव, विस्मृति इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पात/डाँठ र जरा चुस्नाले छिटो फाइदा गराउँछ। **मात्रा** : धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, १-२ वटा टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक।

**७८. अनन्तमूल जामुनपाते, कालाबेल, जम्बुपत्रसरिवा, Krisna Sariva Plant, Jambolan Leaf Sarsaparilla, *Cryptolepis buchanani*** (Family : Apocynaceae)

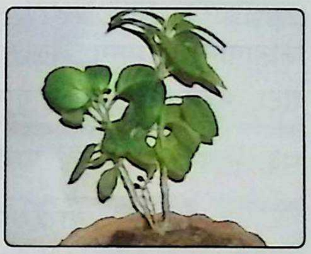


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो दूधे लहरो जामुनको पातसमान गाढा हरियो, जरा सेतो, सेतो फुल्छ, कोसामा फल्छ, भित्रबीज हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण-त्रिदोषशामक र स्वाद मीठो-केही टर्रो हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्धक, बलकारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यजनक, दुग्धवर्धक, अर्बुदहर, रक्तविकार, पोषक, मूत्रल, मृदुरेचक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, मेद-मज्जाकारक, तृप्तिदायक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पित्तरोग, प्रदर, धातुरोग, अर्बुद, यौनरोग, पत्थरी, ज्वर, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, जोर्नीवाथ, आन्द्राका घाउ, वीर्यदोष, कुष्ठ, दाद, गाँठा-गिर्खा आउने गलगाँडसमेत, मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, धातुश्राव, रक्तश्राव, रगतको कमी, बुढचौलीरोग, हाड-ढाडको रोग, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, सुन्निएको, अङ्गवात, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/रस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, पात १-२ वटा, काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, जरा चुस्ने-चपाउने ३-५।

### ७९. अनन्तमूल सेतो, श्वेतदुग्धसारिवा, Sarsaparilla White Plant, *Hemidesmus* sp. (Family : Apocyanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो उब्जनी धेरै गर्नका लागि प्रायः गर्मी हावापानीमा उत्तम हुन्छ । यो सानो लहरो, दुवैतिर गएका लामो चुच्चो पात, सेतो हुन्छ । यो लहरो हिउँदमा चिस्यानमा र वर्षादमा सर्वत्र हुन्छ । यो लहरोलाई जहाँ कोट्याउँदा पनि दूध निक्लन्छ । स्वाद मीठो-स्वादिलो र हल्का तितो र स्वभाव शीतल-शीतवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलवर्द्धक-पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, त्रिदोषनाशक, रगतवृद्धिदायक, कामोद्दीपक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, अबुर्दहर, दुग्धवर्द्धक, गर्भस्थापक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, ओजक्षय, ढाड-कम्मर दुख्ने, अङ्ग दर्द, प्रदर, रक्तस्राव, रगतको कमी, स्नायुगत-नसारोग, आन्द्रा सुकेर दुब्लाउने रोग, हाडवात, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, पक्षाघात, आमवात, सर्वाङ्गवात, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, हाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस ५-१० ग्राम, धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी पेय १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, जराको टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ८०. असगन्ध सानो, सूक्ष्मअश्वगन्धा, ऋष्यगन्धा, अशुतोषबुटी, पुष्टदा, घोडागन्धे सानो, Vegetable Rennet, *Withania coagulans* (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो वा गोलो, सेता मुलायम भुस, कार्तिकतिर रातो फुल्ने, गोलो गेडा, टेडोमेडो हाँगा, आधा-एक फिट लामो, जरा सेतो हुन्छ । स्वाद टर्रो तीतो हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जरा पुष्टिकर, धातुपरिवर्तक, कामोद्दीपक, अवसादक, वातनाशक, निन्द्राजनक, वेदनानाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मज्जातन्तु शिथिल हुने रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, साइटिका, कटिवात, मेरुदण्डको हाड-ढाड खिइने, जोर्नी दुख्ने, मधुमेह, निन्द्रा नआउने, पीडादायी-दर्द, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले बल बढाउँछ, मद्यपानको आदत छुटाउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ८१. अमलाझार, भूमिअमला, भुयायारा, Dwarf Cassia Plant, Tea Senna, *Cassia mimosoides* (Family : Fabaceae)

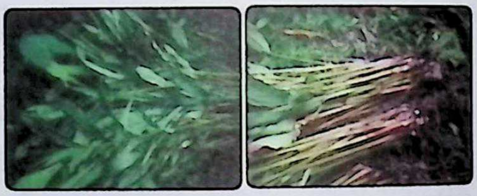
**चिनारी** : यो अमलाझार २५०० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ । यो पहेँलो फुल्ने, अमला गेडा लाग्छन् । यो आधा-एकफिट अग्लो, साना हाँगाहरू, संयुक्त पात मसिना फिरिरि परेका, काण्डमा गोला गेडा हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो स्वभाव शीतल शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तहर, रक्तशोधक, ज्वरहर, अग्नि-उद्दीपक, कलेजो पुष्टिकर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, मूत्रल, कफनिस्सारक, वातघ्न, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पेटरोग, कलेजोको सुक्खापन, पित्तरोग, ज्वर, पत्थरी, पेट पोल्ने, अम्लपित्त, कमलपित्त, कलेजोरोग, विषप्रभाव, मूत्रकृच्छ्र, रक्तविकार,

पित्तज्वर, अर्श, दम, खोकी, मन्दाग्नि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ चम्चा धूलो, वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो ५-१० ग्राम, १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

### ८२. **अलैंची, Greater Nepali Cardamom Plant, *Amomum subulatum*** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको प्रायः पहाडी चिस्यान भूमिको उत्तिसघारीमा राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ । यो बहुवर्षीय, सदा हराभरा रहने, ३-५ फिट अग्लो, पात लामो, आयाताकार, जराबाट धेरै हाँगाहरू गाँजिएर आउने, फूल र फल जरामा लाग्ने, साउन-भदौमा अलैंची रातो घोगा तयार हुन्छ, अलैंची फल बोक्राभित्र दानामा काला बीज हुन्छन्, बास्नादार हुन्छ । स्वाद मीठो, सुगन्धदायक र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फलको बोक्रा, फूल, उपजरा, घोगाका गुदी रस । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्नि-उद्दीपक, अल्परक्तशर्कराकारक, निद्राजनक, स्वेदजनक, दुर्गन्धनाशक, गुल्महर, विषघ्न, व्रणरोपक, दर्दहर, पित्तनाशक, ज्वरघ्न, पाचक, मूत्रल, कफघ्न, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, पित्तविकार, मुख-जिब्रो पाक्ने, आमाशयको निस्क्रियता, कलेजो कमजोर, वायुगानो, उदरशूल, र्‍याल बग्ने, दन्तशूल, रुघा-खोकी-दम, हिक्का, अरुचि, अपच, मुटुको धड्कन तेज, अम्लपित्त, श्वासनलीको शोथ, रक्ताधिक्य, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, शिथिल पाचनशक्ति, विषप्रभाव, रक्तस्राव, हैजा, मुख-जिब्रो-आमाशयका घाउ-खटिरा, अनिद्रा, अर्श, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा रस/लेदो र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, बीज १ ग्राम, फलबोक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ८३. **अलैंची जिर्मले, पाखे अलैंची, Dry Hill Anomomum, *Amomum* sp.** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो ५००-२००० मिटरका सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ । यसको पाखो-पखेरा-भीरमा खेती गर्न सकिन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, लाम्चो भालाकार पात, जरामा घोगा फल्छ, रातो बोक्राभित्र राता-काला दाना हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र बास्ना आउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक , कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, अग्निकारक, शोथघ्न, पत्थरीहर, पेटको रोगमा लाभदायक, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, गानो, उदरशूल, पिनास, कमलपित्त, मुख-जिब्रोको बिमिरा, ग्यास्ट्रिक, सन्धिशोथ, दम-खोकी उदरशूल, गुल्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तेल २० र अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८४. **अलैंची इलामी, मोरङ इलायची, एला, स्थुलैला, Morang Cardamom, *Amomum* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो नेपालको पूर्वीभागमा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, रातो डाँठ, भालाकार पातहरू १-२ फिट लामा, पुष्पमञ्जरी २-३ इन्च लामो, पुष्पपिताभ-श्वेत, रातो जरामा फल भुत्लाहरूले भरिएको फुस्रो गोलो-चेप्टा हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण-शीतल शामक र स्वाद मीठो-परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तसारक, हृदयोत्तेजक, विषघ्न, मूत्रल, दुर्गन्धनाशक,

अग्निकारक, वायुनाशक, पीडाहर, शूलहर, गलाशुद्धिकर, सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवातविकार, शूल, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, विषप्रभाव, पिनास, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, श्वासरोग, मुख-जिब्रो-गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, ग्यास्ट्रिक, हैजा, हृदयशिथिल, निम्नरक्तचाप, आमाशयको समस्या, पिनास, दम, खोकी, रुघा-चिसो, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल २० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, वटी १ वटा, फल १-२ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, फलत्वक टुक्रा १-२ चुसिरहने ३-५ पटक ।

### ८५. **अदुवा, अदरख, आर्द्रक, पालु, सुईधि, आलोअदुवा, Ginger Plant, *Zingiber officinale*** (Family : Zingiberaceae)

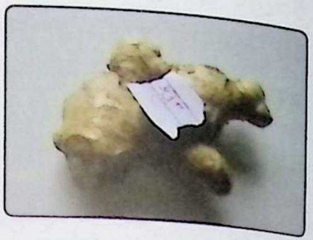
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका सबै ठाउँमा पाइन्छ । यो नगदेबाली, घरेलु मसला, सुगन्धदायक, सजिलो खेती नबिग्रने सुठो बनाएर पछिसम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो चुच्चो परेको, ६-१२ अङ्गुल लामो पुष्पदण्डमा २-३ अङ्गुलको गुच्छाकार हरियो-पहेँलो फूल, जरामा कन्द-सेलाहरू पहेँलो वर्णका हुन्छन् । यो बास्नादार बिरुवा हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द, पात, डाँठ र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र कटु-पीरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, वातनाशक, वेदनाहर, शोथघ्न, शीतनाशक, अग्निकारक, सुगन्धदायक, पाचक, फुफ्फुसपुष्टिकर, हृदयोत्तेजक, श्वरसुधारक, गलाशुद्धिकर, कफज अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले क्षय, अरुचि, अपच, कफवृद्धि, हाडदर्द, जोर्नीवाथ, चिसो रुघा-खोकी, कफग्रस्त दम, शीतपित्त, मन्दाग्नि, पिनास, श्वाससमस्या, दायाँ नाक नखुल्ने-अक्सिजन तान्न नसक्ने, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, टन्सिल, शूल, जलोदर, फोक्सो र श्वासनली शोथ, वायुगानो, अङ्गशोथ, कटिवात, आमवात, ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । अदुवालाई अत्तर-अर्क निकाली सुकाएर सुठो बनाउन सकिन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अरिष्ट/आसव २० मि.लि., चटनी १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८६. **अदुवा सुनौला फुल्ने, स्वर्णार्द्रक, सुवर्णशुण्ठी, सुनअदुवा, पत्रदलमा फुकेर फुल्ने, Golden Flowered Ginger, Golden Ginger Plant, *Zingiber* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, पहेँलो फुल्ने केशर रातो हुने, जरामा पहेँलोपन धेरै भएका कन्दहरू हुन्छन् । यो बास्नादार, नगदबाली, घरेलु मसला नेपाल प्रसिद्ध आयुर्वेदिकद्रव्य हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पात र जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो-कटु बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, वात-वायुनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, कफनिस्सारक, पीडाहर-दर्दहर, शोथघ्न, श्वाससुधारक, कफजअर्बुदहर, व्रणरोपक, गलाशुद्धिकर, जलशोषक, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले क्षय, कफवृद्धि, जलोदर, दम, खोकी, पिनास, रुघा, अपच, अजीर्ण, वायुगोला-ग्यास्ट्रिक, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, अर्बुद, गाँठागुँठी, गला-घाँटी-मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, टन्सिल, सन्धिखुकुलो, आमवात, शीतवात, जलोदर, मन्दाग्नि, उदरशूल, राजयक्ष्मा, श्वासनली

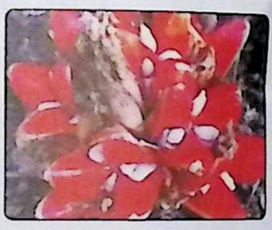
सुन्निएको, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, गानोसुई १-५ थोपा, टुक्रा १-२ वटा चपाउने ३-५ पटक ।

**८७. अदुवाबोसे, मेद-मज्जाकारकशुण्ठी, बसाआर्द्रक, सुईधि, गुदी धेरै अदुवा, Shampoo Ginger Plant, *Zingiber zerumbet*** (Family : Zingiberaceae)



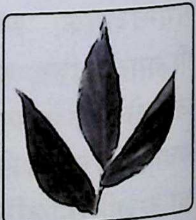
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, भालाकार फराकिलो पात लामो, लामो पुष्पदण्डमा अण्डासमान लिङ्गाकार रातो/सेतो/पहेँलो फूल, जरामा धेरै गुदी भएका कन्दहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, रुचिकारक, श्वासरोग र गला-घाँटीका रोगमा लाभदायक, वातघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, शीतनाशक, कफनिस्सारक, पाचक, त्रिदोषशामक, जलशोषक, अग्निकारक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले क्षय, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, अपच, पेट डम्म-ढुस्स, वायुगानो, ठण्डीशूल, अङ्गशोथ, गला-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, कलेजो-फोक्सोको घाउ-खटिरा, श्वासरोग, दम, खोकी, पिनास, रुघा, जलोदर, कफवृद्धि, नाक बन्द हुने, कुपित वायु इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा गानोस्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी १-३ वटा, चटनी १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**८८. अदुवानशे, रेसादारशुण्ठी, सुईठी, याद, काष्ठआर्द्रक, Fiber Zinger, *Zingiber chrysanthum*** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा धेरै पाइन्छ। यो उच्चलेकका गाउँ-बारी र गोठमा खेती गर्न सकिन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार वा बेलनाकार, रातो/सेतो/पहेँलो फुल्ने अण्डाकार, खाल्टाखुल्टी परेको, जरा-गानोमा प्रशस्त रेसा भएकाले यसलाई हाडे अदुवा भनिन्छ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-केही पिरो हल्का टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो-सेला, पात, डाँठ र फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफज अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, अग्निकारक, गलाशुद्धिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफजअर्बुद, श्वासनलीशोथ, फोक्सो सुन्निएको, कफवृद्धि, कफग्रस्त खोकी-दम-पिनास-चिसो-रुघा, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, आमवात, गला-घाँटीका रोग, अरुचि, अपच, जलोदर, पेट डम्म-ढुस्स, पाध धेरै आउने, गृध्रसी, अङ्गशोथ, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, गानोसुई २-५ र अर्क २० तथा क्वाथ ३० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-३ वटा, मरमसला १-३ ग्राम, चटनी १ ग्राम, खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम ३-५ पटक ।

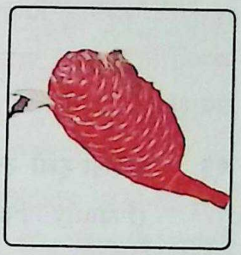
**८९. अदुवा कालो, कृष्णार्द्रक, Dark midnight Ginger Plant, Black Zinger, *Zingiber malaysianum*** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो चुच्चे नीलो/गाढा हरियो हल्का कालो वर्णको, पुष्पदण्डमा गोवर्धन आकारको पहाडझैँ खाल्टाखुल्टी रातो गुचुमुच्च परेको केशर घ्यूरङको र अझभित्र निलो टीका उपकेशर, जरा पहेँलो हल्का कालो फुस्रे हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा,

पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र पिरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, कफज अर्बुदहर, अग्निकारक, श्वासरोगमा लाभदायक, फुफ्फुसपुष्टिकर, सारक, जलशोषक, वातनाशक, वेदनाहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, विषघ्न, शीतनाशक, गला शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफज अर्बुद, अरुचि, अपच, श्वासनली र फोक्सो सुन्निएको, जलोदर, कफवृद्धि, चिसो-रुघा, खोकी, पिनास, कफज दम, जोर्नीवाथ, गाँठा-गिर्खा, ग्यास्ट्रिक, सन्धिखुकुलो, पेट डम्म-ढुस्स, दिसा गर्दा धेरै पाध आउने, उदरशूल, मुख-जिब्रोका खटिरा, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : कन्दस्वरससुई २-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म आधा-दुई ग्राम, चटनी १ ग्राम, मरमसला १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

९०. **अदुवा हरियो, गुचुमुच्च, अद्रकअण्डाकारफूल, Capsule Golden Zinger Flower, *Zingiber peninsulare***
(Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो ३५०० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो, पुष्पदण्डमा गुचुमुच्च गोवर्धनाकार पहेँलो फूल, फल लाम्चो रातो, जरामा सेलाहरू हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-हल्का टर्रो बास्नादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा-सेला, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक कफनिस्सारक, शोथघ्न, वेदनाशामक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, अग्निकारक, जलशोषक, वातहर, सारक, कण्ठशुद्धिकर, श्वासरोगहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले करङ दर्द, कफवृद्धि, कफग्रस्त रुघा-खोकी-दम, फोक्सोशोथ, कफज अर्बुद, मन्दाग्नि, वायुगोला-ग्यास्ट्रिक, अपच-अजीर्ण, जलोदर, जोर्नीवाथ, सन्धिखुकुलो, आमवात, गानो-गुल्म, पिनास, पेट डम्म-ढुस्स, धेरै पाध आउने, टन्सिल, मुख-जिब्रोको खटिरा, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, अदुवा-आसव/अरिष्ट १०-२० र स्वरससुई २-५ मि.लि.३-५ पटक ।

९१. **अमिली, तित्री, चिन्त्वा, पाउँधाय्, इमली, तितीस्याउँ, अविली, Tamarind Tree, *Tamarindus indica***
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष ८०-१०० फिट अग्लो, २०-२५ फिटसम्म गोलाइ लिएको, बोक्रा हरियो गहिरो चिरा परेको, पात संयुक्त २-३ अङ्गुल लामा पक्षाकारपत्रक १०-२० जोडी, शिशुपुष्प कोपिला रातो र फक्रेको फूल पहेँलो पत्रदार, फल कोसामा गेरुवर्णको भित्र कलेजी बीजहरू र गुदी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल मेद-मज्जा (गुदी) पात, बोक्रा, फूल, बीज । यसको स्वाद पाकेको फल शीतल र अम्लीय अन्यभाग तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, स्मरणशक्तिदायक, तृप्तिकारक, मूत्रल, पित्तनाशक, अग्निकारक-पाचक, रक्तवर्द्धक, स्तम्भक, रजःवीर्यसुधारक, शङ्खद्रावक, पारदकर्ममा उपयोगी, नेत्रज्योतिवृद्धिदायक मानिन्छ । यसको फूल रक्तवृद्धिदायक र रक्तशोधक भनिन्छ । पात र बोक्रा अर्बुदहर, व्रणरोपक, गाँठा-गिर्खानाशक, उदररोगमा उपयोगी, कृमिमारक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : फलले हृदयरोग, पित्तरोग, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, भोक नलाग्ने, नपच्ने, ग्यास्ट्रिक, आँखारोग, रक्तविकार, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बोक्रा र पातले अर्बुद, पुराना घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, छालाका रोग, मोटोपन, गानो,

पेटका जुका, आउँ-पखालामा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, फलगुदी स्वरससुई २-१० र अर्क ५० मि.लि., फल १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, चटनी १-३ ग्राम, १-२ टुक्रा चपाइरहने-चुस्ने ३-५ पटक ।

### ९२. अमरी, सुनगाभा सदाबहार, Amari Sunghava Plant, Amari Orchid Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यसको पात सदा रहन्छ, पहेँलो फुल्छ, आधा-एक फिट लामा वृक्षहरूमा सुनौला बीज लाग्छन् र रमणीय पार्छन् । यसको स्वाद मीठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, दर्दहर, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, मूत्रल, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, सर्वाङ्गवात, हृदयरोग, रगतको कमी, मूत्रकृच्छ्र, पिसाबको रोग, रजःवीर्यविकार, कब्ज, अर्श, हाड खिइने-घोटिने, आन्द्राको घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई १०-२० मि.लि., लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ९३. अरेली ठूलो रातो, रक्तअरण, लाल कथरेटी, अइली, लालएरारी, Cutch Red Shrub, *Mimosa rubicaulis* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका तराईदेखि पहाडका रूखो डाँडा-भीरपाखामा प्रशस्त पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, रातो फुल्ने, कोसामा बीजहरू भएको, संयुक्त पात मसिना खयरसमान डालीमा फिरिरि परेका, पतझर, काण्ड काँडायुक्त हुन्छ । स्वाद मीठो फल र अन्यभाग टर्रो, स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जराको बोक्रा, फूल, फल, बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वेदनाशामक, त्रिदोषशामक, वातव्याधिनाशक, पुष्टिकर, शोथघ्न, कफहर, अग्निप्रदायक, बलकारक, अस्थिपोषक, पीडाहर, रजःवीर्यसुधारक, सङ्कोचक, विषघ्न, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले दर्द, जोर्नी दुखाइ, सुन्निने-फुल्ने, आमवात, रुघा, खोकी, पिनास, स्नायुवात, अग्निमन्द, मेद-मज्जा नबन्नु, दम, गर्भाशय तथा शिथिल, सन्धिखुकुलो, निम्नरक्तचाप, गृध्रसी, धनुर्वात, कटिवात, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, रजःवीर्यदोष, प्रसवपछि पाठेघर सुन्निएको-खसेको, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा/फल चूर्ण ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा १०० र लेदो/स्वरस १०-२० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ९४. अपामार्ग रातो गर्मीको, रक्तअपामार्ग, लालचिरचिरा, ओङ्गा, Perple Princess Plant, Rishi Panchami Weed, *Cyathula prostrata* (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लगभग ३-५ फिट अग्लो, विपरीत गएका चेप्टो पात, रातो डाँठ, रातै फुल्ने र बीजमा भित्र कनिकासमान पुष्टिकरपदार्थ हुन्छ । यसको डाँठ टर्रो र गेडा मीठो स्वाद, स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, बलकारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रजःवीर्यसुधारक, वेदनाहर, मेदहर, पत्थरीहर, दन्तरक्षक, ऋतुधर्मनियामक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दाँत सडेको, हल्लिने, दन्तहर्षा, पेटको कालो दाग, पेटको कुपित वायु हट्छ, पेट दुख्ने र

पोल्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, बिग्रेको अल्सर-क्यान्सर, दम, खोकी, रुघा, पिनास, टन्सिल, घाँटी दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । क्षारले मोटोपन घटाउँछ बीजले बल-वीर्य बढाउँछ र पुंसवन क्षमता ल्याउँछ । **मात्रा** : धूलो र गिलो-लेदो ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ गिलास, सर्वाङ्ग अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजखीर २०-५० ग्राम, भस्म २-३ ग्राम र क्षार १-३ रत्ती ३-५ पटक ।

### ९५. अन्जिर, फल्गु, भोटेदाख, अमृतफल, **Figtree, Celeste Fig, Anjir Plant, *Ficus carica*** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १८०० मिटरसम्ममा खेती हुन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, फराकिलो पात पाँचभागमा बाँडिएको, अम्बाजत्रो गोलो/लाम्चो हरियो पाकेपछि खैरो फलभित्र गुलाबी रङका मसिना कागुनुजस्तो बीज प्रशस्त हुन्छन् । यो असार-साउनमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वाद मीठो-अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, हृदयहितकारी, लौहतत्वले भरपूर, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यजनक, वातहर, रक्तविकारहर, तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक, विषघ्न, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको फलले मुटुरोग, रगतको कमी, रक्तविकार, स्मरणशक्तिह्रास, मूत्रको समस्या, कब्ज, अर्श, पित्तज्वर, कमजोरी, अनिद्रा, मुख-जिब्रो पाक्ने, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, तनाव, पेट पोल्ने, सुक्खा दम-खोकी, सङ्ग्रहणी, मासिकअधर्म, प्रदर, विषप्रभाव आँखाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा विभिन्न पुष्टिकरतत्त्वहरू क्याल्सियम १२mg, सोडियम १mg, भिटामिन 'ए' ५०iv, नियासिन १.८mg, आइरन १.४mg तत्त्वहरू हुन्छन् । **मात्रा** : १ वटा फल, धूलो ५-१० ग्राम, स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९६. अट्टधान, अट्टेधान, अट्टधान्य, **Atta Rice, *Oryza* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, मोटो डाँठ, पात लामो केही फराकिलो, जरा हल्का रातो, बालामा फुल्ने, धानका दाना रातो भुसभित्र रातै चामल हुन्छ । अस्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, अति पुष्टिकर, शोथघ्न, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक, निद्राजनक, अतिश्रमहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको रातो चामलमा घ्यू मिसाएको खोले बनाई खानुपर्छ । यसले ज्यान दुख्ने, स्नायुतन्तु-नसा दुखाइ, चोटपटक लागेको, हाड भाँचिएको, सड्को-पड्को परेको, शक्तिह्रास, कुपोषण, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, कटिवात, धनुर्वात, ढाडदर्द, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चाम्रे ५०-१०० ग्राम, रोटी १-३ वटा, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, भात पेटभर २-३ पटक ।

### ९७. अनदी रातो, अनती, हरितालिकाधान्य, ललकीयनदी, लसिका, **AnadiLatte Nepali Teej Dhan, Over Calcium Rice, *Oryza* sp.** (Family : Poaceae)

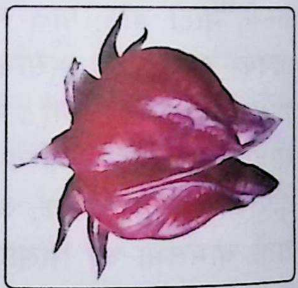
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ र सप्रेको ३-५ फिट अग्लो, मोटो डाँठ, पात लामो केही फराकिलो, जरा हल्का रातो, बालामा फुल्ने, धानका दाना रातो भुसभित्र रातै चामल हुन्छ । अनतीधान रोप्ने र विशेष गरी तीजपर्वमा यो चामलको लट्टे-दरखाने नेपाली प्रचलन प्रसिद्ध

छ । स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, अति पुष्टिकर, शोथघ्न, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक, निद्राजनक, अतिश्रमहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको रातो चामलमा घ्यू मिसाएको खोले बनाई खानुपर्छ । यसले ज्यान दुख्ने, स्नायुतन्तु- नसा दुखाइ, चोटपटक लागेको, हाड भाँचिएको, सड्को-पड्को परेको, शक्तिह्रास, कुपोषण, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, कटिवात, धनुर्वात, ढाडदर्द, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो चामल, दूध र मह मीठो र धेरै शक्ति दिने लट्टे हाम्रो औषधीय परम्परा उपचारात्मक मानिन्छ । **मात्रा** : आवश्यकताअनुसार ।

### ९८. अनदी चैते, अनतीधान, पुत्रधान्य, झोखियायनदि, नववर्षधान्य, New Year Over Calcium Rice, *Oryza* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, लामा पात, बालामा फुल्ने र फल्ने, पाकेपछि दाना हल्का रातो भित्र चामल चुच्चो, पकाउँदा लेसिलो-चिप्लो-चाम्रो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-स्वादिष्ठ र स्वभाव शामक, न ठन्डा न उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्रीभाग चामल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्नेहनकारक, पुष्टिकर, पीडानाशक, उदरशुद्धिकर, मूत्रल, वातहर, तृप्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, सन्तानदायक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यो चामल भिजाएर घ्यूमा पकाएको लट्टे/चाम्रेले शारीरिक कमजोरी, बाँझोपन, कमजोर गर्भाशय, हाडको रोग, सन्धिशोथ, कटिवात, दर्द, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नपुंसकता, थकावट, अधिकश्रमको पीडा सन्चो गर्छ । यो भिजाएको चामलले कब्ज, पिसाब नहुने, जीर्ण पेटको रोग, प्यासरोग, रक्तार्श, वादी अर्श, सङ्ग्रहणीमा फाइदा पुऱ्याउँछ । यो चामलको विभिन्न मिठाइ परिकार बन्छ । **मात्रा** : लट्टे/चाम्रे ५०-१०० ग्राम, रोटी १-३ वटा, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, भात पेटभर २-३ पटक ।

### ९९. अम्लश्रीबेल, चण्डे, Roselle Plant, Carcade, *Hibiscus sabdariffa* (Family : Malvaceae)



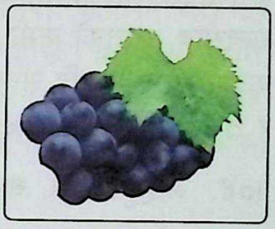
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ६-१० फिट अग्लो, संयुक्त पात त्रिशूलाकार, पहेँलो-सेतो थुङ्गामा फुल्ने, फल रातो चेप्टो भित्र बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो-अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, अग्निवर्द्धक, पित्तज्वरनिवारक, नेत्रशक्तिदायक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, स्त्रीरोगमा फाइदाकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदय कडा हुने रोग, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, कब्ज, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, अपच-अजीर्ण, अरुचि, ज्वर, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, उदरशूल, पत्थरी, स्त्रीरोग, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., बीज ५-१० वटा, पात १-२ वटा, खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १००. अनार रातो, रक्तअनार, Sendu (Am), Pomegranate, *Punica granatum* (Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक माटोमा पाइन्छ । यो न गर्मी न ठन्डा ठाउँमा धेरै फल्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पात साना, सदा हराभरा रहने, रातो फुल्ने, गोलाकार/च्याप्टो फलभित्र राता दाना हुन्छन् । स्वाद दाना मीठो र बोक्रा टर्रो, स्वभाव उष्ण शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : अनारदाना, फलको

गुदी र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल दाना रक्तवर्द्धक, रुचिकारक, पित्तनाशक, कफहर, अग्नि-उद्दीपक, रक्तशोधक, वीर्यजनक, तृप्तिकारक, बलकारक मानिन्छ । यसको फल बोक्रा अर्बुदहर, कृमिनाशक, वेदनाशामक, त्रिदोषविकार निष्कासक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, व्रणरोपक, विषघ्न, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गलग्रन्थि वृद्धि, कण्ठ र मुखको रोग, कमजोर मुटु, दम, खोकी, श्वरभेद, रक्तस्राव, अधिकमासिकश्राव, नकसीर, प्रदर, अरुचि, पेटका कृमि, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, अर्बुद, वायुगोला, जिब्रोको घाउ, आन्द्राको अल्सर, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, बिग्रेको फोक्सो इत्यादि सन्चो गराउँछ, यसले रक्ताणु बढाउँछ । **मात्रा** : अनारदाना ५०-१०० ग्राम, बोक्रा काँढापानी १ गिलास, दानास्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बोक्राभस्म १-२ ग्राम, रस/लेदो ५-१० ग्राम, टुक्रा चुसिरहने ३-५ पटक ।

### १०१. अङ्गुर कालो, श्यामा द्राक्षा, Grap Black Plant, *Vitis vinifera* (Family : Vitaceae)

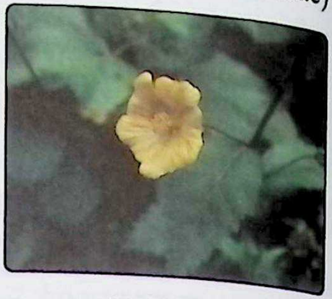


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लता तुषारो र शीतलहरले नपिरोल्ने गर्मी हावापानीमा असल खेती हुन्छ । कालो अङ्गुर हरेक जलवायुको जुनसुकै माटोमा पैदा हुन्छ । यो लहरो ठूलो झ्याङ, त्रिशूलाकार पात फराकिलो चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फल गोलो कालो गेडा मंसिर-फागुनमा फल्छ । यसको हाँगा काटेर सारिन्छ र धेरै वर्ष रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-अङ्गुर दाना । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, हृदयहितकारी, बलकारी, पित्तज्वरनिवारक, तृप्तिकारक-रसिलो पोषिलो, अग्नि-उद्दीपक, मूत्रल, आन्द्रा-आँत शुद्धिकर, पित्तनाशक, रजःवीर्यजनक, विषघ्न, ऋतुधर्मनियामक, पित्तज, अर्बुदहर, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, अधिक मासिकश्राव, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, पत्थरी, रगत कम, लौहतत्वको कमी, पित्तज्वर, कलेजो-मुटु खराबी, स्मृतिह्रास, पागलपन-उन्माद, मानसिकरोग, तनाव, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालाको खतरा रोग, आँखाको कमजोरी, अपस्मार-छारे, अर्श, विषप्रभाव, डाहा-छटपटी, हैजा, मासिकअधर्मको घटबढ, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, लेदो/रस/गेडा ३०-५० ग्राम, अङ्गुर आसव/अरिष्ट १०-२० र स्वरससुई २-१० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०२. अङ्गुर ठूलो हरियो गेडो, हरितअङ्गुर, Big Grap Green Plant, *Vitis* sp. (Family : Vitaceae)

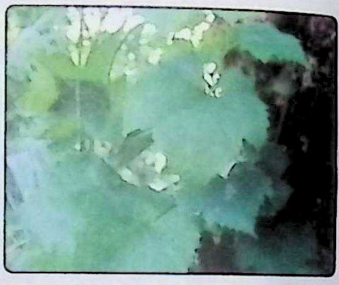
**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्ममा राम्रो खेती हुन्छ । २०-४० डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रममा तुषारो र सुक्खा नहुने ठाउँमा यो फस्टाउँछ । यसका लागि माटोको पिएचमान ५.५-६.५ हुनुपर्छ । यो विशाल झ्याङ, दन्तुर पात चेप्टो फराकिलो, यो लहरो काटेर सारिन्छ र कलमीविधिबाट फैलाउन सकिन्छ। स्वाद मीठो-अमीलो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, अर्बुदहर, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, मासिकधर्मनियामक, पेट पोल्ने-दुख्नेमा लाभदायक, रक्त तथा रजःवीर्यसुधारक, तनावहर, पित्तज, अर्बुदहर, रक्तस्राव, हैजानियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, रगतको कमी हुने, दुब्लो, मलमूत्ररोग, महिनावारी कष्ट, प्रदर, प्रमेह, अर्श, रक्तस्राव, धातुरोग, पेटको घाउ, आन्द्राको गिर्खा, रक्तक्यान्सर, समस्त रक्तविकार, सङ्ग्रहणी र अल्सर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम, फल १०-२० ग्राम, फलस्वरस सुई ३-१० र अरिष्ट/आसव १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १०३. अतिबला कलेजी डाँठको, बरियरा, अतिशाही, Broom Tonic Herb, *Sida rhombifolia* (Family : Malvaceae)



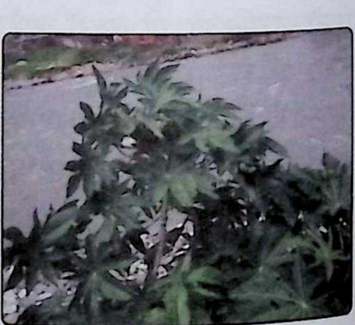
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ कलेजी, दन्तुर पात अण्डाकार चुच्चो, सुनौलो फुल्ने, गोलो फल, तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-चिप्लो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रोचक, अग्निकारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, अपच अरुचि, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कफज्वर, दम, खोकी, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, रक्तविकार, गृध्रसी, प्रदर, पखाला, वात, कब्ज, शोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०४. अङ्गुर सेतो, सफेद अङ्गुर, परेलेट, White Grap Plant, *Vitis* sp. (Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो कमजोर डाँठ, पात हस्ताकार, सेतो फुल्ने, खरानी-सेतो वर्णको लता, गोलो-लाम्चो अण्डाकार फलभित्र गुदी र रसमात्रै भएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो-अमीलो हुन्छ । यो ज्यादै मीठो बियाँ नभएको छिट्टै पाक्ने सेतो जातको फल हो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, रक्तदोष, रजःवीर्यदोष, हैजा, रक्तस्राव, प्रदर, मुटुरोग, रगतको कमी, पिसाब कष्टता, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, ताजा पाकेको फल १०-२० वटा, सुकेको फल ५-१० वटा, अर्क १०-१५ र द्राक्षारिष्ट १०-२० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १०५. अडिर सानो सेतो, रेरु, श्वेतएरण्ड, अलःहमा, अंडीसफेद, एणेर, White Castor, Castor Bean Plant, *Ricinus communis* (Family : Euphorbiaceae)



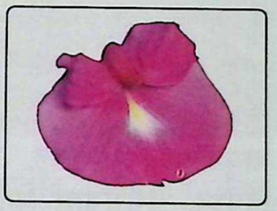
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कमलो हाँगाबिँगा, पात पञ्जाकार अङ्गुलीवत्, फल गोलाकार, काँडा भएको भित्र कालो कडा हाडभित्र सेतो तेलीय गुदी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, पात र जरा । बीजको स्वाद टर्रो-तीतो परपराउँछ भने स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, विरेचक, पीडाहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, वेदनाहर, विषघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, शोथ, स्नायुरोग, गृध्रसीवात, आमवात, पक्षाघात, कब्ज, अर्श, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, अण्डकोशवृद्धि, विषप्रभाव, कुष्ठ, दुबी, दाद, जनैखटिरा, लुत्तो, ढाड-हाड दुख्ने, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गेडा १-३ वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५

ग्राम, तेल ५-१० ग्राम, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ५० र अर्क २० मि.लि. २-३ पटक। भित्री सेतो गेडा पिसेर लगाउने-दल्ने गर्ने/पातले सेक्ने, दल्ने/बाफ लिने गर्नुपर्छ।

### १०६. अडिर रातो, रक्तएरण्ड, लालइन्नो, रक्तवातारी, लेंरुघुट, लालअंडी, रक्तरेंडी, **Red Castor, Red Castor Bean Plant, *Ricinus* sp.** (Family : Euphorbiaceae)

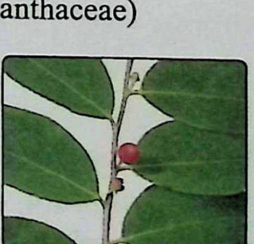
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१५ फिट अग्लो, कमलो हाँगाहरू, संयुक्त मुलायम पात पञ्जाकार, रातो डाँठ रातै पातका नसाहरू हुन्छ। स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो केही टर्रो र हल्का तितो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात, फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो समस्त वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विरेचक, शोथघ्न, वायुशोषक, पीडाहर, यकृत उत्तेजक, वातपुष्टिकर, सन्धिबन्धक, कृमिमारक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छानी मालिस/लेपन र स्वरस लगाउँदा/प्रक्षालन गर्दा धेरै छिटो सन्चो गर्छ। पञ्चगव्य अथवा शोधनवर्गका अर्कमा शुद्ध गरी उपयोग गर्दा उत्तम हुन्छ। यसले आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, स्नायुगतवात, गृध्रसीवात, कटिवात, अण्डकोषवृद्धि, हात खुट्टा चिरिने, सुन्निने, दर्द, कब्ज, अर्श, कुष्ठ, दुबी, दाद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-३ वटा, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, भस्म आधा-एक ग्राम, पञ्चाङ्ग अर्क २० र क्वाथ ३० बीजतेल तथा २० मि.लि. २-३ पटक।

### १०७. अपराजिता रातो, रक्तगिरिकर्णिका, रक्तकोयल, आरमतीस्वाँ, **Red Buterfly Pea, Red Winged Leaved Clitoria, *Clitoria* sp.** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरा-झ्याङ लाग्छ, लता फैलिन्छ। पात अण्डाकार संयुक्त ५-७ पत्र, पत्रकोणबाट निस्केका राता फूल, फलभित्र चेप्टो कालो-खैरो बीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : मूल, बीज, पात र फूल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो, केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, व्रणरोपक, नेत्ररक्षक, गर्भस्थापक, मूत्रल, विषघ्न, दाहप्रमशन, स्वरसुधारक, चर्मरोगहर, ऋतुस्रावनियामक, रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, विषविकार, रक्तदोष, निःसन्तान, रक्तस्राव, वातरक्त, नेत्ररोग, रक्तपित्त, पित्तरोग, पत्थरी, अर्श, प्रमेह, डाह-छटपटी, पेट पोल्ने-दुख्ने, मधुमेह, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : मूल/बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, पात १-३ वटा, फूल ३-५ ग्राम, भुटेको बीज १०-२० ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ माना, अर्क ५० र पत्रस्वरससुई ३-१० तथा क्वाथ १००र बीजखोले ३०-५० मि.लि., १ गिलास ३-५ पटक।

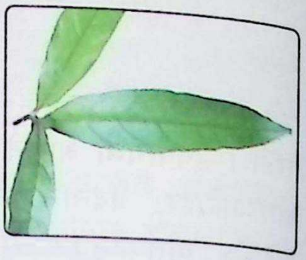
### १०८. अरुणी, अरणीमा, सुरसरनि, कच्छकडवा, सक्तोचक वनस्पति, **Cup Saucer Plant, Cupped Coral Berry Tree, Kobannoki, Oshima, *Breynia vitis-idaea*** (Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सानो झाडी ८-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल बालामा सुनौलो फुल्ने, गोलाकार रातो फल हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, कफनाशक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, वातहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको पात, बोक्रा र फलले पेटका जुका, कफवृद्धि, सुन्निएको, दाद, दुबी, दादुरा, घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, जलोदर, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पात सूर्तीझैं धुँवा पिउनेमा प्रयोग गरी दम, पिनास, रुघा, खोकी,

तुण्डिकाशोथ-टन्सिलमा लाभ लिइन्छ। **मात्रा** : तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, फल १-३ वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, पात १ वटा २-३ पटक।

### १०९. असुरी, कल्पनाथ, कालाबासिम, नील निरगुण्डी, **Black Vasa Plant, *Justicia gendarussa*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, लामो चुच्चो परेको दुवैतिर गएका पात, डाँठ केही कालो, सेतो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र तेलीय ४ बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, जरा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पिनासहर, क्षयरोग र श्वासनलीको घटबढमा उपयोगी, अर्बुदहर, गला-घाँटी शुद्धिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पिनास, रुघा-चिसो, शीतज्वर, जलोदर, क्षयरोग, श्वासनलीशोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका बिमिरा, टन्सिल, फोक्सोशिथिल, आउँ-पखाला, अर्श, पत्थरी, पित्तवृद्धि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ११०. अडिर फलमा काँडा नहुने, एरण्ड, वातारी, अंडी, रेंडी, **Without Throns Castor Bean Plant, Soft Fruit of Castror, *Ricinus* sp.** (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-२० फिट अग्लो, कमलो हाँगाहरू, संयुक्त पात पञ्जाकार, फलमा काँडा हुँदैनन्। स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो केही टर्रो र हल्का तितो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात, फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो समस्त वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विरेचक, शोथघ्न, वायुशोषक, पीडाहर, यकृत उत्तेजक, वातपुष्टिकर, सन्धिबन्धक, कृमिमारक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छानी मालिस/लेपन र स्वरस लगाउँदा/प्रक्षालन गर्दा धेरै छिटो सन्चो गर्छ। पञ्चगव्य अथवा शोधनवर्गका अर्कमा शुद्ध गरी उपयोग गर्दा उत्तम हुन्छ। यसले आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, स्नायुगतवात, गृध्रसीवात, कटिवात, अण्डकोषवृद्धि, हात खुट्टा चिरिने, सुन्निने, दर्द, कब्ज, अर्श, कुष्ठ, दुवी, दाद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-३ वटा, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, भस्म आधा-एक ग्राम, पञ्चाङ्ग अर्क २० र क्वाथ ३० बीजतेल तथा २० मि.लि. २-३ पटक।

### १११. अजगन्ध, ओसदी, पंपिलु, डिकंटी, **Cut Gallbladder Tree, Ousadhi Tree**

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो मध्यम वृक्ष, पात आमुन्ने-सामुन्ने गोलाकार चुच्चो पत्रवृत्त रौँदार, पुष्प नीलो, पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग**: सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, वातहर, चर्मरोगनाशक, वातजन्य उदरशूलमा उपयोगी, रक्तस्रावनिरोधक, व्रणरोपक, कृमिमारक, अर्बुदहर, नेत्ररक्षक मानिन्छ। यसको पात, जड, फूल, फल र वोक्रा प्रयोग गरिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, दुबी, दाद, घाउ-खटिरा, वायुगोला, रक्तस्राव, अत्यधिक मासिकश्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पेटका जुका, आँखाका रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र तेल १० क्वाथ १०० मि.लि भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

११२. अगस्ति सेतो, श्वेतअगस्त्य, मुनिपुष्प, हथिया, अगस्तिया, **White Sesbania Plant, Swamp Pea, *Sesbania* sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, छिटो बढ्ने, कमजोर बोट, काण्ड सोझो, संयुक्त पात लाम्चा, सेतो फूल डुङ्गा आकारका, फल कोसामा एकबित्ता लामो भित्र १५-२० वटा तेलयुक्त बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र, पुष्पम एवं बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरघ्न, स्मरणशक्तिदायक, पुष्टिकर, रक्त तथा रजःवीर्यसुधारक, ऋतुस्राव नियामक, रक्तशोधक, रक्तस्राव नियन्त्रक, निद्राकर, बलकारक, व्रणरोपक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरशूल, स्मृतिह्रास, पित्तरोग, चातुर्थिक ज्वर, उदररोग, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, रक्तस्राव, प्रदर, रजःवीर्य दोष, कुपोषण, मन्दाग्नि, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रगतको कमी, रक्तरोग, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भुटेको बीज चूर्ण १०-३० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र काँचो-हरियो स्वरससुई ३-१० तथा क्वाथ १०० र तेल ५० मि.लि., पात ३-१०, वटी २-३ वटा ३-५ पटक । नस्यार्थ ३-५ थोपा, लेप वा प्रक्षालनार्थ यथावश्यक ।

११३. अडिर ठूलो सेतो, रेरु, श्वेतएरण्ड, अलःहमा, अंडीसफेद, एणेर, **White Castor, Castor Bean Plant, *Ricinus communis*** (Family : Euphorbiaceae)

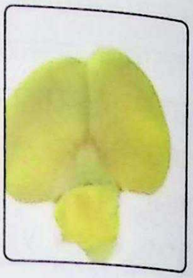
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, कमलो हाँगाबिँगा, पात पञ्जाकार अङ्गुलीवत्, फल गोलाकार, काँडा भएको भित्र कालो कडा हाडभित्र सेतो तेलीय गुदी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, पात र जरा । बीजको स्वाद टर्रो-तीतो परपराउँछ भने स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, विरेचक, पीडाहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, वेदनाहर, विषघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, शोथ, स्नायुरोग, गृध्रसीवात, आमवात, पक्षाघात, कब्ज, अर्श, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, अण्डकोशवृद्धि, विषप्रभाव, कुष्ठ, दुबी, दाद, जनैखटिरा, लुत्तो, ढाड-हाड दुख्ने, सन्धिशोथ, छाला चिरिएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गेडा १-३ वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल ५-१० ग्राम, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ५० र अर्क २० मि.लि. २-३ पटक । भित्री सेतो गेडा पिसेर लगाउने-दल्ने गर्ने/पातले सेक्ने, दल्ने/बाफ लिने गर्नुपर्छ ।

११४. अगस्ति सानो रातो, लालहथिया, रक्तअगस्ति, मधुशिग्रु, **Red Swamp Pea, Sesbania Plant, *Sesbania* sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, केही भुसे, लुलो हाँगा सोझो संयुक्त पात दुवैतिर गएका, रातो डुङ्गा आकारका फूल, लामो कोसामा भित्र १५-२० वटा तेलीय दाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, पित्तनाशक, वातहर, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, मूत्रल, तृप्तिकारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पात, फूल र फलको तरकारी बनाएर खाने चलन छ । यसले ज्वर, अम्लपित्त, रक्ताल्पता, कुपोषण, कामला, पित्तवृद्धि, रक्तयोग, रक्तदोष, मूत्ररोग,

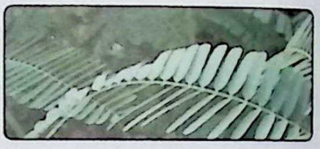
आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, शारीरिक कमजोरी, ज्वर, मूत्ररोग, विस्मृति, शिरमण्डलका रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुरोग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., पात १ वटा, फूल १ वटा, फल १ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### ११५. अगस्ति सुनौलो फुल्ने, पीतहथिया, स्वर्णमुनिवृक्ष, सुवर्णअगत्स्य, Golden Sesban Plant, Yellow Swamp Pea, *Sesbania* sp. (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, छिटो बढ्छ। कमजोर काण्ड, पात संयुक्त डालीमा डुङ्गासमानको, सुनौलो फुल्ने, फल कोसाभित्र प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको कलिलो पात, फूल र फलको तरकारी बनाएर खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र फल। यसको स्वभाव ठन्डा र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, मासिकधर्मनियामक, रक्तरोगहर, रक्तदोषहर, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, अर्बुद, घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, रक्तरोग, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, गाँठागुठी, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, मुख-जिब्रोका खटिरा, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### ११६. अगस्ति नीलो फुल्ने, नीलागस्ति, नीलमुनिवृक्ष, नीलाहथिया, Blue Swamp Pea, Blue Sesbania Plant, *Sesbania* sp. (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका जलवायुमा पाइन्छ। यो निलो वर्णको, १५-२० फिट अग्लो, थोरै हाँगा, सोझा काण्ड लुलो बोट, पात संयुक्त डालीमा डुङ्गा आकारको फुल्ने, कोसामा भित्र १५-२० वटा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यो पतझर हो। यसको कलिलो पात, फूल र कोसाको साग-तरकारी बनाएर खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र फल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पुष्टिकर, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, ज्वरघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, शिरमण्डलको गर्मी, शिरशूल, स्मृतिह्रास, कामला, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, ज्वर, रगतको कमी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, रक्तविकार, सङ्ग्रहणी, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल ३० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### ११७. अलैंची गोलशाही, गोलसाइ, Goal Alaichi–Cardamom Plant, *Ammomum* sp. (Family : Zingiberaceae)

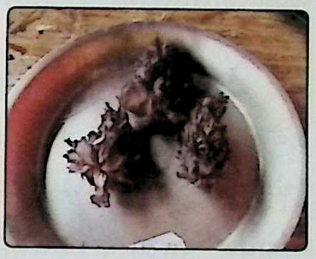
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५००-१५०० मिटरमा उत्तम उब्जनी लिन सकिन्छ। यो गोलो-चेप्टो ठूलो तेलीय दाना, पातको टुसा (सारा) कम उम्रन्छ। बिरुवा होचो, भालाकार ठूला पात, गाना-बोट झ्याङ फैलिन्छ। यो सुक्खा ठाउँमा हुन्छ। सेपभित्र, पानी भएको सिमसारमा हुँदैन, यसले धेरै पानी सहँदैन। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानोमा फल्ने फल र बीज। स्वाद परपराउने र बास्नादार अनि स्वभाव उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रुचिकर, पाचक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, मूत्रल, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त,

अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, पित्तज्वर, पाचनशक्ति कमजोर, उदरशूल, रक्तरोग, कामला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ११८. अलैंची चिबेशाही, **Chibesahi Cardamom Plant, *Ammomum* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो ४००-२२०० मिटरसम्म राम्रो खेती हुन्छ । यो चिस्यान-सेपिलो ठाउँमा उब्जनी बढाउन सकिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार, फलमा अन्यभन्दा सानो तेलीय बीजहरू हुन्छन् । स्वाद बास्नादार मिठो केही टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पाचक, अग्निवृद्धिदायक, वायुवातनाशक, अम्लताहर, रुचिकर, गला-घाँटी र श्वास-प्रश्वास समस्यामा लाभदायक, जलशोषक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, कफनाशक, पाचक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, मन्दाग्नि, कमलपित्त, पत्थरी, उदरशूल, गानोगोला, अपच, अरुचि, पेट डम्म-ढुस्स हुने, मुख-जिब्रोको घाउ, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अत्तर २-५ थोपा, तेल २० र अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ११९. अलैंची चेवन, इलाइची, अलौंचे एला, स्थूलैला, **Chewon Cardamom, *Amomum auromaticum*** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो नेपालको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, भालाकार पातहरू १-३ फिट लामा, पुष्पमञ्जरी २-५ इन्च लामो, फूल पिताभ-श्वेत, रातो जरामा फल भुत्लाहरूले भरिएको फुस्रो गोलो-चेप्टो भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, पित्तसारक, हृदयोत्तेजक, विषघ्न, मूत्रल, दुर्गन्धनाशक, अग्निकारक, वायुनाशक, पीडाहर, शूलहर, गलाशुद्धिकर, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवातविकार, शूल, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, विषप्रभाव, पिनास, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, श्वासरोग, मुख-जिब्रो-गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, ग्यास्ट्रिक, हैजा, हृदयशिथिल, निम्नरक्तचाप, आमाशयको समस्या, पिनास, दम, खोकी, रुघा-चिसो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क ३० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, वटी १-३ वटा, फल १-२ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, फलत्वक टुक्रा १-२ चुसिरहने ३-५ पटक ।

### १२०. अलैंची अजिशाही, **Goal Alaichi–Cardamom, *Ammomum* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८००-२००० मिटरमा उत्तम उब्जनी लिन सकिन्छ । यो फल चेप्टोभित्र ठूलो तेलीय दाना, पातको टुसा कम उम्रन्छ । बिरुवा उचो, भालाकार ठूला पाते, गाना-बोट झ्याङ फैलिन्छ । यो सुक्खा ठाउँमा हुन्छ । सेपभित्र र पानी भएको सिमसारमा हुँदैन, यसले धेरै पानी सहँदैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रुचिकर, पाचक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, मूत्रल, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, पित्तज्वर, पाचनशक्ति कमजोर, उदरशूल,

रक्तरोग, कामला, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२१. अल्लो नफल्ने, राङघ्ये, अल्ल, Without Fruit Allo Plant

**चिनारी** : यो १५००-४५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, काँडादार, बाक्लो पात त्रिशूलाकार, सेता मसिना भुसले पोल्ने, काँडा छोटा हुन्छन् । स्वाद केही टर्रो-मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, बलकारक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, पिसाबको समस्या, मूत्ररोग, पत्थरी, अर्बुद, हाडको रोग, नसातन्तुको दर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, जरा ३-५ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १२२. अल्लो बाक्लापाते, राङघ्ये आर्थिनचनमिला, अल्ल, Alla Thik Leaf Plant

**चिनारी** : यो १५००-४५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, बाक्लो पात त्रिशूलाकार, सेता मसिना भुस-पोल्ने काँडा, छोटो बालामा फल्छ, तेलीय बीज हुन्छन् । स्वाद केही टर्रो-मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, बलकारक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, पिसाबको समस्या, मूत्ररोग, पत्थरी, अर्बुद, हाडको रोग, नसातन्तुको दर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, जरा ३-५ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १२३. अमला रत्छाया, लालआँला, Amala Red Plant

**चिनारी** : यो रातो माटोको सानो अमला ७००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यसको डल्लो फलमा भित्री रेसा मसिना धेरै र बीज साना हुन्छन् । स्वाद अमीलो रस र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक, पाचक, रसिलो, नेत्रज्योतिवर्द्धक, केशरक्षक, अर्बुदनिवारक, अग्निकारक, मूत्रल, व्रणरोपक, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अर्बुदहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, अर्बुद, अरुचि, अपच, आँखारोग, पित्तवृद्धि, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, गाँठा-गिर्खा, कपाल झर्ने र सेतो हुने, छिटो फुल्ने, पेट पोल्ने, रतन्धो, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई २-१० र अर्क ३० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, चटनी/अचार ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

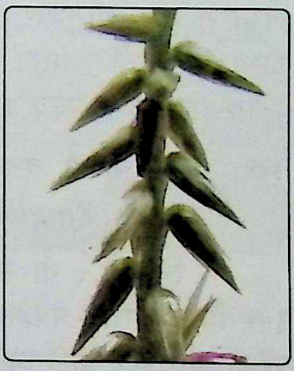
### १२४. अल्लो लामो सुईकाँडे, राङघ्ये, अल्ल, Alla Thik Leaf Plant

**चिनारी** : यो १५००-४५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, बाक्लो पात त्रिशूलाकार, सेता लामा सियोसमान सुइरो भुस-पोल्ने काँडा, लाम्चो बालामा फल्छ, तेलीय बीज हुन्छन् । स्वाद केही टर्रो-मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, बलकारक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, पिसाबको समस्या, मूत्ररोग, पत्थरी, अर्बुद, हाडको रोग, नसातन्तुको दर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, जरा ३-५ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १२५. अर्धपुष्पी, आधापुष्पी, छोटाकल्प, Trichodesma Plant, *Trichodesma indicum*
(Family : Boraginaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, नीलो फुल्ने, डाँठ रातो, पात लाम्चो भालाकार, सेतो नरम भुस भएको वर्षायु, तेलीय बीज हुन्छन् । स्वाद टर्रो केही मिठो र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : समस्त अङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातघ्न, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

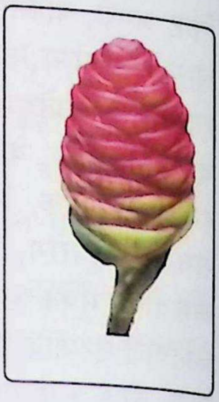
### १२६. अपामार्ग रातो लेकाली, लालबिप्पे कण्टदार, Red Hill Apamarga, *Achyranthes* sp.
(Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो ११००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो क्षारीय ढुङ्ग्यान-बलौटेमाटोमा पैदा हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, चेप्टो पात, भदौतिर रातो बालामा फुल्ने, असोजमा गेडा लाग्ने, मंसिरमा पाक्ने, उल्टोतिर फर्केको काँडाका रूपमा फलभित्र सेतो बीज हुन्छ । स्वाद बीज मीठो, अन्यभाग टर्रो र स्वभाव न उष्ण न शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, डाँठ र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बीज अति पुष्टिकर-शक्तिकारक, गर्भस्थापक, वाजीकर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ ।

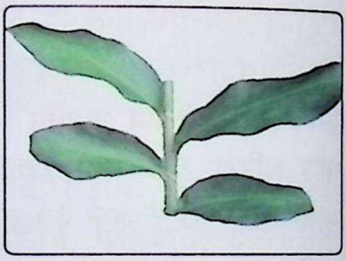
**औषधीय उपयोग** : यसले दाँत बलियो गराउने, दाँत हल्लिने, दाँतरोग, शरीर कुरूप, वीर्य-रजदोष, कुपोषण, कर्णस्राव, दम-खोकी, उदररोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, निःसन्तान, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, क्षार १-५ रत्ती २-३ पटक ।

### १२७. अदुवा तीतो, तिक्ता अद्रक, खाचोछेबो, तित्तार्द्रक, Bitter Zinger Pinecone Plant, Awapuhi, Shampoo Zinger, *Zingiber zerumbet* (Family : Zingiberaceae)



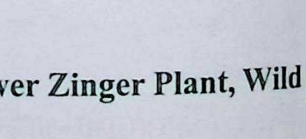
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो टुप्पो चुच्चो, पुष्पदण्डमा हरियो वा रातो अथवा सेतो गोवर्धन आकारको फूल, जरा गाँठा परेको माटे/ध्वाँसे/हल्का पहेँलो/केही सेतो रङको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, पीडाहर, रक्तशोधक, फोक्सो-यकृतपोषक, अग्निकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, वेदनाहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, शोथघ्न, वातहर, पित्तनाशक, जलशोषक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, दम, खोकी, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, कलेजो-फोक्सो रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, जलोदर, कुष्ठ, दाद, दुबी, चिलाउने, यौनरोग, विषप्रभाव, सुन्निएको, श्वासघटबढ, फोक्सोको घाउ-खटिरा, अङ्गदर्द, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, गानो स्वरससुई ३-५ र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२८. अदुवा रातो फुल्ने ठूलो, अद्रकवृहत्पुष्प, Beehive Zinger, Barbados–Coastal Aloe Plant, *Zingiber zerumbet* (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ६-९ फिट अग्लो, लाम्चो पात, डाँठ रातो, पुष्पदण्डमा अण्डाकार-लामो गोवर्धनाकारको पुष्प, जरामा गानाहरू हुन्छन्। यो घरको शोभा बढाउनेमा खेती गरिन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने र पीरो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, श्वासरोग सुधारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, सुगन्धदायक, अग्निकारक, अर्बुदहर, गला शुद्धिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, कफग्रस्त खोकी, दम, पिनास, चिसो-रुघा, घाँटी-गलाका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रो पाक्ने, जलोदर, क्षयरोग, वायुगोला, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, शीतज्वर, टाउको दुख्ने, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, कन्दस्वरससुई ३-५ रअर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १२९. अदुवा वनको, वनअदुवा, अरण्यार्द्रक, पेऊ, जङ्गली अदरक, Golden Flower Zinger Plant, Wild Zinger, *Zingiber chrysanthum* (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो समुन्द्रसतहदेखि ५००० मिटर उच्चाइसम्म पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पत्रहरू बाँसपातसमान केही साना लाम्चो पात, जरा हल्का पहेँलो, थोरै माटे केही ध्वाँसे हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र पात। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-कषाय लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, अग्निकारक, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, वातव्याधिहर, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, क्षुधावर्द्धक, पाचक, पीडाहर, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, मन्दाग्नि, कफवृद्धि, चिसो-रुघा-खोकी-दम,

श्वासनली सुन्निएको, फोक्सो शिथिल, जोर्नीवाथ, आमवात, छालाका रोग, मुख-गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, पिनास, यौनरोग, फोक्सोशोथ, वायु-गोला-ग्यास्ट्रिक, हिक्का, कानको रोग, दन्तपीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक।

**१३०. अदुवा सुकेको सुठो, सुक्खा साँठ, अदरख, शुण्ठी, आर्द्रक, Dry Ginger Plant, *Zingiber officinale*** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका सबै ठाउँमा पाइन्छ। यो नगदे बाली, घरेलु मसला, सुगन्धदायक, सजिलो खेती नबिग्रने सुठो बनाएर धेरैवर्षसम्म प्रयोग गर्न सकिन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात भालाकार लामो चुच्चो परेको, ६-१२ अङ्गुल लामो पुष्पदण्डमा २-३ अङ्गुलको गुच्छाकार हरियो-पहेँलो फूल, जरामा कन्द-सेलाहरू पहेँलो वर्णका हुन्छन्। यो बास्नादार बिरुवा घरमसला हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द, पात, डाँठ र फूल। यसको स्वभाव उष्ण त्रिदोषशामक र स्वाद कटु-पीरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातनाशक, वेदनाहर, शोथघ्न, शीतनाशक, अग्निकारक, सुगन्धदायक, पाचक, फुफ्फुसपुष्टिकर, हृदयोत्तेजक, श्वरसुधारक, गलाशुद्धिकर कफज अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, कफवृद्धि, दर्द, जोर्नीवाथ, चिसो रुघा-खोकी, कफग्रस्त दम, शीतपित्त, मन्दाग्नि, पिनास, श्वास-काँस, हिमाली क्षेत्रमा दायाँ नाक नखुल्ने-अक्सिजन तान्न नसक्नेमा, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, टन्सिल, गानोगोला, शूल, जलोदर, फोक्सो र श्वासनलीशोथ, वायुगानो इत्यादि सन्चो गराउँछ। अदुवालाई अत्तर-अर्क निकालेर सुकाएर सुठो बनाउने गरिन्छ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अरिष्ट/आसव १०-२० र अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, चटनी ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

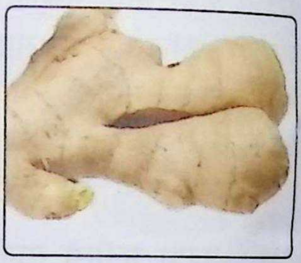
**१३१. अदुवा सुनौलो सानो, स्वणार्द्रक, सुवर्णशुण्ठी, सुनअदुवा, पत्रदलमा फुकेर फुल्ने, Golden Flowered Ginger Plant, Golden Ginger, *Zingiber* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, पहेँलो फुल्ने केशर रातो हुने, जरामा पहेँलोपन धेरै भएका कन्दहरू हुन्छन्। यो बास्नादार, नगद आउने बाली, घरेलु मसला नेपाल प्रसिद्ध आयुर्वेदिकद्रव्य हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पात र जरा। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-कटु हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, वायुनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, कफनिस्सारक, पीडाहर-दर्दहर, शोथघ्न, श्वास सुधारक, कफज अर्बुदहर, व्रणरोपक, गलाशुद्धिकर, जलशोषक, अग्निकारक, पाचक, श्वासनली सुन्निएको र क्षयरोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जलोदर, दम, खोकी, पिनास, रुघा, अपच, अजीर्ण, वायुगोला-ग्यास्ट्रिक, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, अर्बुद, गाँठागुँठी, गला-घाँटी-मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, टन्सिल, सन्धिखुकुलो, आमवात, चिसो ठन्डीवात, जलोदर, मन्दाग्नि, उदरशूल, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा कन्दस्वरससुई ३-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, टुक्रा १-२ वटा चपाउने ३-५ पटक।

**१३२. अदुवा पहेँलो फीँजे, मेद-मज्जाकारकशुण्ठी, बसाआर्द्रक, गुदीअदुवा, Soap Ginger Plant, *Zingiber* sp.** (Family : Zingiberaceae)

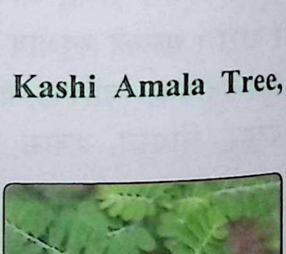
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, भालाकार पात, लामो पुष्पदण्डमा अण्डासमान लिङ्गाकार पहेँलो फूल, जरामा धेरै गुदी भएको कन्दहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-हल्का तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, रुचिकारक, श्वासरोग र गला-घाँटीका रोगमा लाभदायक, वातघ्न, कलेजो-फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, शीतनाशक, कफहर, पाचक, जलशोषक, अग्निकारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, मन्दाग्नि, अपच, पेट डम्म-ढुस्स हुने, वायुगानो, ठन्डीशूल, शोथ, गला-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, कलेजो-फोक्सोको घाउ-खटिरा, श्वासरोग, दम, खोकी, पिनास, रुघा, कफवृद्धि, नाक बन्द हुने, जलोदर, कुपित वायु इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी १-३ वटा, चटनी १-३ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा कन्दस्वरससुई २-५ मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१३३. अदुवा नशे ठूलो, रेसादारशुण्ठी, काष्ठार्द्रक, Fiber Zinger Big Plant, *Zingiber* sp.** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा धेरै पाइन्छ । यो उच्चलेकका गाउँ-बारी र गोठमा खेती गर्दा हुन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, रातो फुल्ने, खाल्टाखुल्टी परेको जरामा गानाहरूमा प्रशस्त रेसा भएकाले हाडे अदुवा भनिन्छ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-केही पिरो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानाहरू-सेला, पात, डाँठ र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफज अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, अग्निकारक, गलाशुद्धिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफजअर्बुद, श्वासनलीशोथ, फोक्सो सुन्निएको, कफवृद्धि, कफग्रस्त खोकी-दम-पिनास-चिसो-रुघा, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, आमवात, गला-घाँटीका रोग, अरुचि, अपच, जलोदर, पेट डम्म-ढुस्स, पाध धेरै आउने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी १-३ वटा, मरमसला १-३ ग्राम, चटनी १ ग्राम, खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम ३-५ पटक ।

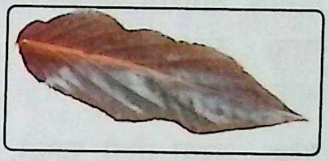
**१३४. अमला ठूलो अम्बाजत्रो, काशी भव्यअमला, बृहत्ब्राह्मीफल, आाला, Kashi Amala Tree, *Phyllanthus* sp.** (Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, पात सानो फिरिरी परेको, हरियो अम्बाजत्रो फल हरियो पाकेपछि पहेँलो गोला फलभित्र बीज, कमजोर हाँगाहरू, पतझर, मङ्सीर-माघमा फल पाक्छ । यसको स्वभाव शीतल-शीतवीर्य र स्वाद अमिलो-मिठो हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल, पात, बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, स्मरणशक्तिदायक, रुचिकर, रक्तशोधक, तृप्तिकारक, पित्तरोगनाशक, आयुर्वर्धक, बलवीर्य वृद्धिदायक, मूत्रल,

नेत्रशक्तिकारक, विषघ्न, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर, रक्तश्राव/हैजा नियन्त्रक, केशरक्षक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तजअर्बुद, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, सुजाक, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तदोष, मासिकअधर्म, अत्यधिक रजोःश्राव, आँखारोग, शरीरको कडापन, आन्द्राको घाउ-सङ्ग्रहणी, ओजक्षय, अरुचि, अजीर्ण, हैजा, रक्तश्राव, कपाल झर्ने, सेतो हुने, शिरमण्डलको गर्मी, पागलपन, अपस्मार, सुक्खा दम-खोकी, रगत खराबी, तनाव, उच्चरक्तचाप, मुख सुक्ने, र्‍याल नआउने, विष-उपविषको असर, वीर्यदोष, अम्लपित्त, कमलपित्त, प्रदर, हृदयरोग, विस्मृति इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ फल चुस्दै रहने, लेदो/रस २-१० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, नपाकेको काच्चो कलिलो टर्रो अमला २-३ वटा वा पिसेको ५-१० ग्राम, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक अनुपान पानी र सहपान महसँग ।

### १३५. अदुवा कलेजी पाते, चिचोछेबो, कृष्णार्द्रक, Midnight Black Zinger Plant, *Zingiber malaysianum*
(Family : Zingiberaceae)

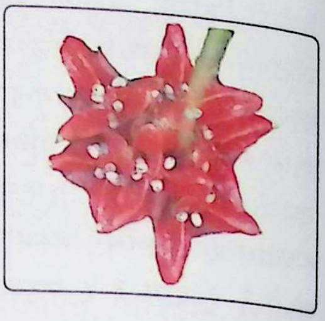


**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, कलेजी पात फराकिलो लाम्चो, पुष्प नीलो/गाढा हरियो हल्का कालो वर्णको पुष्पदण्डमा गोवर्धन आकारको पहाडझैं खाल्टाखुल्टी रातो गुचुमुच्च परेको केशर घ्यू रङको र अझभित्र निलो टीका उपकेशर, जरा पहेँलो हल्का कालो फुस्रे हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, कफज अर्बुदहर, अग्निकारक, श्वासरोगमा लाभदायक, फुफ्फुसपुष्टिकर, सारक, जलशोषक, वातनाशक, वेदनाहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, विषघ्न, शीतनाशक, गला शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफज अर्बुद, अरुचि, अपच, श्वासनली र फोक्सो सुन्निएको, जलोदर, कफवृद्धि, चिसो-रुघा, खोकी, पिनास, कफजदम, जोर्नीवाथ, गाँठा-गिर्खा, ग्यास्ट्रिक, सन्धिखुकुलो, पेट डम्म-ढुस्स, दिसा गर्दा धेरै पाध आउने, उदरशूल, मुख-जिब्रोका खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म आधा-दुई ग्राम, चटनी १ ग्राम, मसला १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३६. अदुवा गुचुमुच्ची फूल, Capsule Golden Zinger Flower, *Zingiber peninsulare*
(Family : Zingiberaceae)

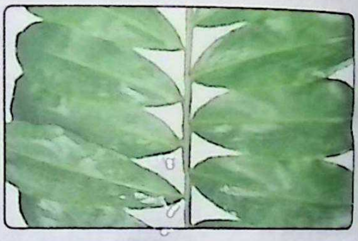
**चिनारी** : यो ३५०० मिटरसम्मका हरेक हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात फराकिलो लाम्चो, पुष्पदण्डमा गुचुमुच्च गोवर्धनाकार सुनौलो फूल, जरामा सेलाहरू हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा-सेला, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, वेदनाशामक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, अग्निकारक, जलशोषक, वातहर, सारक, कण्ठशुद्धिकर, श्वासरोगहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, कफग्रस्त रुघा-खोकी-दम, श्वासरोग, फोक्सोशोथ, कफज अर्बुद, मन्दाग्नि, वायुगोला-ग्यास्ट्रिक, अपच-अजीर्ण, जलोदर, जोर्नीवाथ, सन्धिखुकुलो, आमवात, गानो-गुल्म, पिनास, पेट डम्म-ढुस्स, धेरै पाध आउने, टन्सिल, मुख-जिब्रोको खटिरा, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, अदुवा-आसव/अरिष्ट १०-२० र स्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१३७. अदुवा वनसन्नीसुनौली, सुनवनअदुवा, अरण्यार्द्रक, पेऊ, जङ्गलीअदरक, Golden Flower Zinger, Wild Zinger Plant, *Zingiber chrysanthum* (Family : Zingiberaceae)**



**चिनारी** : यो समुन्द्र सतहदेखि ५००० मिटर उच्चाइसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, भालाकार पत्रहरू बाँसपातसमान केही साना लाम्चो पात, जरा हल्का पहेँलो, थोरै माटे केही ध्वाँसे हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र पात । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-कषाय लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, वेदनाशामक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, अग्निकारक, व्रणरोपक, वातव्याधिहर, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, क्षुधावर्द्धक, पाचक, पीडाहर, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, मन्दाग्नि, कफवृद्धि, चिसो-रुघा-खोकी-दम, श्वासनली सुन्निएको, फोक्सोशिथिल, जोर्नीवाथ, आमवात, छालाका रोग, मुख-गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, पिनास, यौनरोग, फोक्सोशोथ, वायु-गोला-ग्यास्ट्रिक, हिक्का, कानको रोग, दन्तपीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा कन्दस्वरससुई २-५ मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१३८. अदुवा तीतो पहाडी, तिक्तार्द्रक, Bitter Hill Zinger, Pinecone Zinger, Awapuhi, Shampoo Zinger, *Zingiber zerumbet* (Family : Zingiberaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पालैपालो दुवेतिर गएका पात लाम्चो, पुष्पदण्डमा हरियो वा रातो गोवर्धन आकारको फूल, जरा गाँठा परेको माटे/ध्वाँसे/हल्का पहेँलो/केही सेतो रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, पीडाहर, रक्तशोधक, फोक्सो-यकृतपोषक, अग्निकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, वेदनाहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, शोथघ्न, वातहर, पित्तनाशक, जलशोषक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, दम, खोकी, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, कलेजो-फोक्सो रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, जलोदर, कुष्ठ, दाद, दुबी, चिलाउने, यौनरोग, विषप्रभाव, सुन्निएको, श्वासघटबढ, फोक्सोको घाउ-खटिरा, अङ्गदर्द, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, गानो स्वरससुई २-१० र अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**१३९. अदुवा रातो फुल्ने उचो, उचेअद्रक, Beehive Zinger, Coastal Aloe Plant, *Zingiber spectabile* (Family : Zingiberaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ६-१० फिट अग्लो, बेलनाकार लामा पात, डाँठ रातो, पुष्पदण्डमा अण्डाकार-लामो गोवर्धनाकारको पुष्प, जरामा गानाहरू हुन्छन् । यो घरको शोभा बढाउनका लागि लगाउने गरिन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने र पीरो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, श्वासरोगसुधारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, सुगन्धदायक, अग्निकारक, अर्बुदहर, गला शुद्धिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, कफग्रस्त खोकी, दम, पिनास,

चिसो-रुघा, घाँटी-गलाका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रो पाक्ने, जलोदर, क्षयरोग, वायुगोला, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, शीतज्वर, टाउको दुख्ने, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई ३-५ मि.लि. ३-५ पटक ।

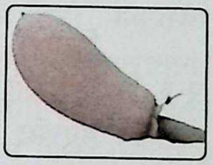
### १४०. अतिबला सेती कान्छी, अतिबला, छोटो सफेद कंघी, Mother Sita Mallow, *Silene stenophylla*

(Family : Caryophyllaceae)

**चिनारी** : यो आधा-एक फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका भालाकार साँगुरा, सेतो फुल्ने पत्रक थुङ्गामा, कोसाको भित्र तेलीय बीजहरू, जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । यसको स्वभाव उष्ण-त्रिदोषशामक हुन्छ र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, आयुर्वर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, मेद-मज्जाकारक, सप्तधातुरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, नपुंसकता, धातु पातलो हुने, गर्मी-पित्तदोष, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, मेदमज्जा नबन्ने, रगतको कमी, रक्तविकार, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-३ ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा, पात/फूल/बीज १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, पुवा १-३ चम्चा ३-५ पटक ।

### १४१. अजकर्णतेल, करुवा, चन्दरस, मरिचपत्रेसाल, White Dammar Oil Plant, *Vateria indica*

(Family : Dipterocarpaceae)



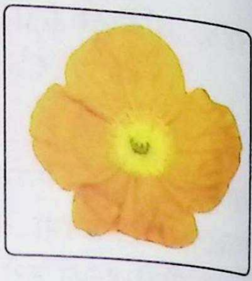
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष, पात लाम्चो-फराकिलो, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, अण्डाकार फलभित्र बीजमा धेरै तेलको मात्रा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, स्नेहनकारक, चर्मसुधारक, विषघ्न, चर्मरोगहर, कर्णरोगहर, व्रणसुधारक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, अस्थिपोषक, बलकारक, वातपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, विषप्रभाव, कुष्ठ, दाद, दुबी, कर्णपाक, छाला कडा हुने, हाडको रोग, पित्तवृद्धि, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : मालिस गर्ने-पिसेर लेदो लेपन गर्ने-लगाउने, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १४२. अतिबला रातो, लालबरियारा, अतिबला, छोटोलालकंघी, Mother Sita Redmallow, *Silene stenophylla*

(Family : Caryophyllaceae)

**चिनारी** : यो आधा-एक फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका आयाताकार साँगुरा, सेतो फुल्ने पत्रक थुङ्गामा कोसाको भित्रतेलीय बीजहरू, जरा हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, आयुर्वर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, मेद-मज्जाकारक, सप्तधातुरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, नपुंसकता, धातु पातलो-गर्मी-पित्तदोष, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, मेदमज्जा नबन्ने, रगतको कमी, रक्तविकार, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-३ ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा, पात/फूल/बीज १-२ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, पुवा १-३ चम्चा ३-५ पटक ।

**१४३. अफिम पहेँलो, अफेनपीला, पीत खसेक्षीर पीलोचोप, स्वर्णअहिफेन, सुवर्णखसतिल, धारणा, अहिफेन, पीतआफूक, Yellow Poppy Seeds, Yellow Opium, Opium Poppy Capsule, *Papaver* sp.**
(Family : Papaveraceae)

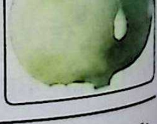


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षायु, झुसदार-रौँयुक्त, १-३ फिट अग्लो, पात छिन्नभिन्न किनारा लाम्चो-ठूलो आयाताकार, पुष्पदण्डमा सेतो-रातो फुल्ने, अण्डाकार-बाटुला फलभित्र तेलीय बीजहरू पोस्तादाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज मीठो र अन्यभाग तीतो-टर्रो हल्का पिरो केही कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्तम्भक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, मदकारक, निद्राजनक, शोथघ्न, वाजीकर, कफनिस्सारक, श्वाससुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, निद्रानाश, फोक्सोशोथ, जलोदर, आमवात, कटिवात, सुन्निएको, ठोक्किएको, लडेको, अनिद्रा, सन्धिशोथ, स्नायुगत नसाशूल, मांसपेशीय दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घिउ/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गर्दा चर्मरोग र वातव्याधि तत्काल सन्चो पार्छ । **मात्रा** : स्वरससुई १०-२० मि.लि., लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २०, तेल १० र क्वाथ ४० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म आधा-एक ग्राम, वटी १-२ वटा, बीज १-३ ग्राम, दूधरेस ३-५ थोपा २-३ पटक ।

**१४४. अफिम नीलो चोप आउने, नीलअहिफेन, नील खसतिल, साधारण, अहिफेन, नीलआफूक, अफेननिला, नीलकण्ठी, खसक्षीर, Blue Poppy Seeds, Blue Opium, Opium, Poppy Capsule, *Papaver* sp.**
(Family : Papaveraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, झुसदार घरको शोभा बढाउने वनस्पति, नीलो फुल्छ । परिपक्व भएपछि नीलो चोप आउँछ, पात संयुक्त ठूलो-लाम्चो किनारा दायाँ-बायाँ असमान नापका, पुष्पदण्डका निलो पोस्तदाना हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज मीठो र अन्य भाग पिरो-केही तितो हल्का टर्रो थोरै कोक्याउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, निद्राजनक, दर्दहर, शोथघ्न, वातव्याधिहर, स्तम्भक, कफनिस्सारक, वाजीकर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, अतिदर्दको पीडा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, धातुपतन, जलोदर, फोक्सो सुन्निएको, अङ्गदर्द, सन्धिशोथ, ठोक्किएको, शीघ्रस्खलन इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घिउ/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गर्दा चर्मरोग, वातव्याधि र दर्दस्थानमा तत्काल आराम मिल्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल २० र अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, चोप आधा-एक ग्राम, भस्म/खोटो आधा-एक ग्राम, वटी १-३ वटा २-३ पटक ।

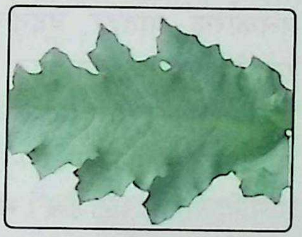
**१४५. अफिम सेतो, श्वेतअहिफेन, श्वेतखसक्षिर, सफेदखसतिल, सेतो खसखसदाना, जारणअहिफेन, धौले आफूक, अफेनश्वेत, White Poppy Seeds, Milky Opium Poppy Capsule, *Papaver* sp.**
(Family : Papaveraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षायु झुस-रौँदार, १-३ फिट अग्लो, पात लामो-ठूलो छिन्नभिन्न किनारा लाम्चो, पुष्पदण्डमा सेतो थुङ्गा फुल्ने केशर, गोलाकार सेता फलभित्र मसिना बीजहरू पोस्तदाना हुन्छन् । यो परिपक्व भएपछि पुरै

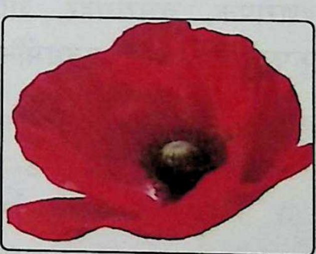
वनस्पति चोपिलो हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-टर्रो केही पिरो हल्का टर्रो मत्मत्याउँछ, बीजको स्वाद मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, मदकारक, निद्राजनक, कफनिस्सारक, स्तम्भक, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, अर्बुद, वेदना-दर्दको पीडा, वीर्यशीघ्रस्खलन, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, कफवृद्धि, दम, खोकी, श्वासनली सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस तेल बनाई चर्मरोग, वातव्याधि, दर्दस्थान, सुन्निएको ठाउँमा लगाउने/दल्ने गर्दा तत्काल लाभ मिल्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल २० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, चोप चौथाइ-आधा ग्राम, दूध ३-५ थोपा २-३ पटक ।

**१४६. अफिम कालो, कृष्णअहिफेन, श्यामाखसक्षीर, कृष्णखसतिल, कालापोस्तदाना, काला खसखसदाना, मारण अहिफेन, अफेनश्यामा, Black Poppy Opium, Opium Poppy Capsule, *Papaver somniferum*** (Family : Papaveraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षायु, झुसदार १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो-ठूलो छिन्नभिन्न किनारा दन्तुर, पुष्पदण्डमा कालो फुल्ने फूल, गोलाकार फलभित्र मसिना बीजहरू पोस्तदाना, फल परिपक्व हुनासाथ चोप निक्लन्छ । फल/पात/फूल र डाँठ चोपिलो हुन्छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज मीठो र अन्य भाग तीतो-टर्रो केही पिरो हल्का टर्रो कोक्याउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग- चोप, पात, फूल, फल, बीज, डाँठ र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, अतिश्रमको पीडाहर, कफघ्न, अर्बुदहर, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, अर्बुद, वेदनाको पीडा, कफग्रस्त दम, खोकी, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, ढाड-कम्मर दर्द, मेरुदण्ड-पाता दुख्ने, ठोक्किएको, सुन्निएको, पक्षाघात, आमवात, गृध्रसीवात, वीर्यस्खलन, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सबै भागलाई घ्यू वा तेलमा पकाएर डढाई छानी तेलले मालिस गर्दा वातरोग, शोथ, दर्दस्थान र चर्मरोगमा तत्काल लाभ मिल्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० र स्वरससुई १० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, चोप चौथाइ-आधा ग्राम, दूध ३-५ थोपा, खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक ।

**१४७. अफिम रातो, रक्तअहिफेन, रक्तखसक्षीर, रातोखसखसदाना, तारण-रञ्जक अहिफेन, लालआफूक, लालअफेन, लालपोस्तदाना, Red Poppy Opium, Red Opium Poppy Capsule, *Papaver* sp.** (Family : Papaveraceae)



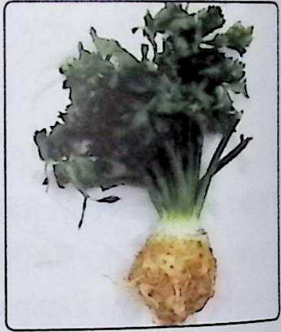
**चिनारी** : यो उष्ण, समशीतोष्ण र शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो शोभा बढाउने रौँदार वनस्पति १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो किनारा काटिएका, पुष्पदण्डमा रातो फुल्ने केशर कलेजी रङको बीचमा थोरै पहेँलो, पुष्प छिप्पिएपछि अण्डाकार हरियो फलभित्र सेता बीजहरू पोस्तदाना हुन्छन्, बिरुवा पाक्ने बेलामा चोपिलो हुन्छ, फल/डाँठ र पातबाट रातो चोप निकाल्ने प्रचलन छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कोक्याउने पिरो केही तितो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, स्तम्भक, मदकारक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, सुन्निएको, अनिद्रा, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, शीघ्र वीर्यस्खलन, दम, खोकी,

श्वासनली सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ ४० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, बीज १-३ ग्राम, चोप/खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, दूधेरस ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### १४८. अस्थिसंहार, वज्रवल्ली, सिउँडेहड्चुर, हडसंघारी, हडजोड, Bone Setter Plant, *Cissus quadrangularis* (Family : Vitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समीशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लहरो किन्तु सिउँडीजस्तो चारपाटे हरियो काण्ड, काण्डको बीच-बीचमा जोर्नी (गाँठो) भएको, पात हृदयाकृति मांसल, मञ्जरीयुक्त पुष्प स-साना रक्तवर्णका, फल गोलो आकारका केराउसमान भित्र रसयुक्त गुदी भएको १ तेलीय बीज, वर्षा ऋतुमा फुल्ने र हिउँदमा फल पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण त्रिदोषशामक र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वातहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, सारक, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, पीडाहर, सप्तधातुरक्षक, रक्तवर्द्धक, रक्तस्तम्भक, बलवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मेद-मज्जा नबनेको र जोर्नी खुकुलो भएको, हड्डीको विकास नभएको, हाड भाँच्चिएको-ठोक्किएको-सुन्निएको, ढाड-कम्मर दर्द, घुँडा दुख्ने, अर्श, मन्दाग्नि, शारीरिक कमजोरी, रक्तश्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ वटा, पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

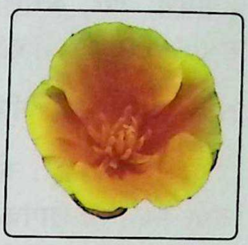
### १४९. अजमोदा हिमाली, अजमोदा, तुतु, चे (Am), Milkweed, Himalayan Parsley, *Selinum carvifolia* (Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात भुइँबाट निस्केको एक फिट लामो किनारा काटिएको त्रिशूलआकार-ठूलो-लामो-फराकिलो ३-५ वटा, फूल मूल डाँठमा सेतो फुल्छ, डाँठ खोक्रो, तेलीय बीजहरू, जरामा भुत्ला भएको बास्नादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो-हल्का टर्रो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, स्मरणशक्तिदायक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, अर्श, रक्तस्राव, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, फोक्सोको क्यान्सर, पागलपन, शिरशूल, मानसिकरोग, मस्तक अर्बुद, गिदीमा पानी भरिने, स्मृतिह्रास, मुटुको अव्यवस्थित चाल, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल २० मि.लि., बीज १-२ ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

**१५०. अफिम सुनौलो, सोनाअहिफेन, स्वर्णअग्निज्वाला, Flame Goldenpoppy, *Eschscholzia californica***
(Family : Papaveraceae )

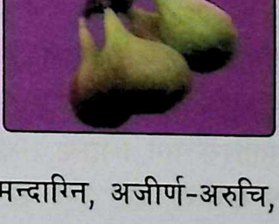


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो शोभा बढाउने रौँदार वनस्पति १ फिट अग्लो, लाम्चो पात छिन्नभिन्न, पुष्पदण्डमा सुनौलो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि अण्डाकार हरियो फल भालाकार कोसाभित्र गोलाकार बीजहरू हुन्छन्, बिरुवा पाक्ने बेलामा चोपिलो हुन्छ, फल/डाँठ र पातबाट सुनौलो चोप निकाल्ने प्रचलन छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कोक्याउने पिरो केही तितो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, बीज र चोप । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वेदनाशामक, स्तम्भक, मदकारक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, सुन्निएको, अनिद्रा, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, शीघ्र वीर्यस्खलन, दम, खोकी, श्वासनली सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : **अत्तर ५ थोपा**, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ ४० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, बीज १-३ ग्राम, चोप/खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, दूधेरस ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम २-३ पटक ।

**१५१. अनार षड्रसको, दारिम समस्त स्वाद, Grenade, All Flavour Punica Plant, *Punica* sp.**
(Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू, फूल रातो/सेतो वा मिश्रित, पात आयाताकार चेप्टो-गोलो रातो/सेतो अथवा मिसिएको बोक्रा कडा फलभित्र राता/सेता दाना नरम रसिला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल र पातहरू । यसको फल मीठो केही अमिलो हल्का टर्रो हुन्छ । यसको पात, फूल र बोक्रा तीतो-पिरो र हल्का नुन्याइलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति स्वादिष्ठ, सर्वरोगनाशक, मेधाजनक, रक्तवर्द्धक, कफपित्तहर, सङ्कोचक, रक्तस्राव/हैजा निरोधक, आमाशय बलदायक, स्त्रीरोग र चर्मरोगहर, उन्माद र मूर्च्छामा उपयोगी, विषघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, खूनीअतिसार, कण्ठमाला, भगन्दर, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी-मूर्च्छा, फोक्सोको घाउ-खटिरा, मुख-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रगतको कमी, छालाको रोगहरू, गानो-गोला, अर्श, शूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १ वटा, फलबोक्रा २-३ ग्राम, फलस्वरस/लेदो १०० र पञ्चाङ्ग अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, फूल १-२ वटा, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सर्वभस्मक्षार १-३ रत्ती ३-५ पटक ।

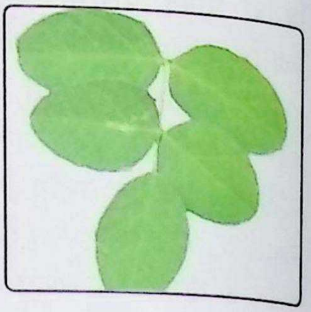
**१५२. अञ्जीर सानो, सूक्ष्मअञ्जीर, अञ्जीरी, Small Angir Plant**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो सानो बोट, टेडोमेडो हाँगाहरू, पात बरकोभैँ बाक्लो वृत्ताकार, फूल सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, डुम्रीसमान गोलाकार फलभित्र मसिना धेरै कालाबीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, बल्य, अग्निवर्द्धक, रक्तशोधक, रुचिकर-स्वादिष्ठ, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, पित्तनाशक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, विषघ्न, पत्थरीहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । फल पाकेपछि सुकाएर राख्नुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, अजीर्ण-अरुचि,

हृदयरोग, दुब्लो-पातलो-कमजोरी, सुक्खा दम-खोकी, मुख सुक्ने, कडा कब्जियत-अर्श, विषप्रभाव, पेट पोल्ने-दुख्ने, शक्तिक्षय, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, निम्नरक्तचाप, अम्लपित्त, जिब्रो-मुख, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, ज्वर, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम, लेदो/स्वरस/खोटो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५३. अपराजिता नीलो झुसे, **Blue Aparajita Plant, *Clitoria ternatean*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २५-३५ डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रमको चुनिया-फुस्रो हल्का माटोमा राम्रो खेती गरी लाभ लिन सकिन्छ । यो १०-५० फिट लामो ठूलो झ्याङ, चेप्टो सानो ५ पात, असोजतिर गाढा नीलो फुल्ने, कोसाभित्र १०-१२ गोलाकार काला तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वाद गेडा मीठो र जरा केही टर्रो-मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, रजवीर्यवर्द्धक, स्मृतिदायक, मूत्रल, हृदय हितकारी, पुष्टिकर र तृप्तिकारक, वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, जोर्नी खुकुलो-जोर्नीवाथ, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, मानसिक असन्तुलन, रगतको कमी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/धूलो, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चुस्ने र चपाइरहने ३-५ पटक ।

### १५४. अकराधनुष कालो, धनुषी, श्यामअकरा, **Dhanus Akara Creeper**

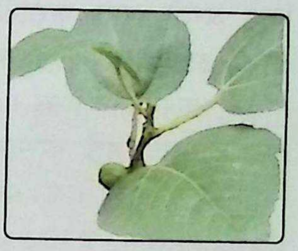
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सानो लहरो २-३ फिट लामो लहरो, जरा कालो, लाग्छ । यसको फल धनुष आकारको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्री गेडा, कलिलो कोसा, जरा । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिवर्द्धक, रजवीर्यजनक, पोषक, मूत्रल, बलकारी, वातहर, वेदनाशामक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, रस/रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हरेक वातव्याधि, रजवीर्यको कमी, जोर्नीवाथ, कमजोरी, बुढचौलीपन, सप्तधातुको कमी, हाड-मेरुदण्डको रोग, अङ्गदर्द, सुन्निने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, बीज २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक ।

### १५५. अजिङ्गरलता सानी, अजगरी, **Ajingar Creeper, Ajgari Small Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लहरो ५-७ हात लामो, पातहरू कम भएको, रसदार काण्ड, बोक्रामा अजिङ्गरको समान चकता हुन्छ । यो हेर्दा मानिस अजिङ्गर सम्झेर डराउँछ । यसको सबै भाग उपयोगमा आउँछ । यो आयुर्वेदमा पाराको गोली बाँध्ने विषयमा उल्लेख छ । यसलाई पञ्चगव्यमा शोधन गरी खानुपर्छ । यो ६४ दिव्यौषधिमा एक हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक हुन्छ र स्वाद परपराउने तीतो-टर्रो केही कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, विषघ्न, कृमिमारक, वातहर, पित्तघ्न, पीडाहर, विरेचक, पारदबद्धक, रसायन चर्मरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कब्जियत, विषप्रभाव, कृमि, पित्तवृद्धि, आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, स्नायुगतवात, अङ्गदर्द, शोथ, कुष्ठ, दुबी, दाद, दाग, लुत्तो, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस तेल लगाउने र ताजा पिसेर लेपन र मालिस गर्ने । **मात्रा** : खोटो/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क २० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५६. अञ्जीरी, खेमरी, बेरु, धौरा, फगवारा, केमरी, **Bedu, Wild Fig Plant,** ***Ficus palmata***
(Family : Moraceae)

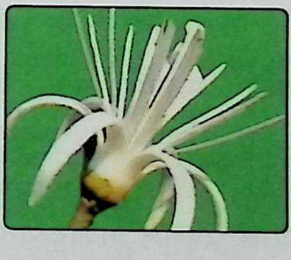


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो रूख, पात किनारमा काटिएको, पाकेपछि भण्टा रङको फलभित्र प्रशस्त तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको फल विशेष प्रयोग गरिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। यसको स्वाद काच्चोमा टर्रो, पाकेपछि मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मधुर, मृदुविरेचक, आँत-आन्द्रालाई मुलायम बनाउने पेट हितकारी, शान्तिदायक, पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरहर, प्यास मेटाउनेमा उपयोगी, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशयपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कब्ज, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, ज्वर, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका गाँठा, गिर्खा, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मुख सुक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल २-४ वटा, बीज चूर्ण २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १५७. अञ्जुवार, मिरोमति, निसोमली, केसरु, बतबत, **Knotweed Polygonum**

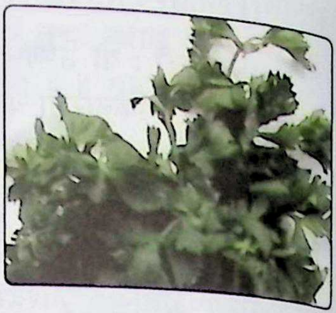
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०००-४००० मिटरका उच्चपहाडमा हुन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, हाँगा चारैतिर फैलिएको, नरम पात चेप्टो मांसल, फूल धब्बेदार सेतो-रातो, सानो तीनकुने हुन्छ। यसको सबै भाग प्रयोगमा ल्याइन्छ। यसको स्वाद टर्रो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। गुर्ण-धर्म-कर्म : यो सङ्कोचक, ज्वरहर, पत्थरीहर, पित्तनाशक, विरेचक, मूत्रल, श्लीपदमा उपयोगी, मासिकधर्मनियामक, रक्तस्राव निरोधक, कफहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तस्राव, प्रदर, सोमरोग, मासिकअधर्म, ज्वर, कब्ज, पिसाब कष्टता, हात्तीपाइले, वक्षस्थलको रक्तस्राव, पेटको जलन, उदररोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चूर्ण ३-५ ग्राम, रस १-२ ग्राम, स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १/१ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पात/फूल १-३ वटा ३-५ पटक।

### १५८. अङ्कोट ठूलो, अङ्कोल, ढेरा, अङ्कोलम्, **Sage Large Leaved Tree,** ***Alangium salvifolium***
(Family : Cornaceae)



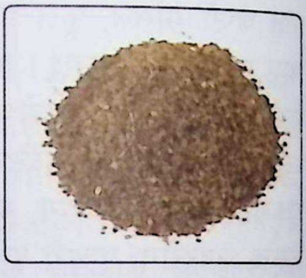
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, गोलाइ २-४ फिट, हाँगाहरू सफेद कण्टकदार, पात आयाताकार पतझर, सेतो फुल्ने, फल निलो-कालो-जामुनसमान भण्टा रङको भित्रगुठली फलभित्र रसदार तेलीयबीज र गुदी हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, बोक्रा, फल र फूल। यसको पातको स्वाद उग्रगन्ध दिने तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यसको बीज धातुवर्द्धक, वातहर, बलकारक, रजवीर्यवर्द्धक, शीतल मानिन्छ। यसको पात, बोक्रा र जड वमनकारक, ज्वरहर, चर्मरोगमा उपयोगी, विषनिवारक, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसको बीज तेलले चर्मरोग, अर्श, अङ्कुर, वातव्याधि, पक्षाघात, आमवात, नासुर, भगन्दर, गाँठा-गिर्खा, सुन्निएको, स्नायुगतवात, आन्त्रिकज्वर, अण्डकोषवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पात, बोक्रा, जराले ज्वर, आउँ-अतिसार, घाउ-खटिरा, छालाका रोग, विषप्रभाव, उदरविकार, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, पेटका जुका इत्यादि हटाउँछ। **मात्रा :** चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, क्षार आधा ग्राम, तेल १० ग्राम, फल १-३ वटा २-३ पटक।

### १५९. अजमोदा कालो, अजम्, कृष्णउग्रगन्धिका, Black Celery Plant, *Apium* sp. (Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात फराकिलो लाम्चो छिन्नभिन्न किनारा, झुस भएको, फूल कालो रङको फुल्छ, झुप्पामा बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, बीजहरू तेलीय हुन्छन्, बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो बास्नादार र तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, दर्दहर, सुगन्धदायक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पित्तवृद्धि, नुनको मात्रा अधिकको असर, खराब तेलको कुप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, जीर्णज्वर, आन्द्राको घाउ, मुखपाक, जिब्रो-गलाको घाउ, जलोदर, क्षयरोग, अरुचि, अपच, आउँ-पखाला, अनिद्रा, पेट पोल्ने, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, साग ३०-१०० ग्राम, काँचै पात सलाद ५० ग्राम, अर्क २० र तेल १० मि.लि., बीजचूर्ण २-५ ग्राम, बीजवटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १६०. अजमोदा रातो झुसे, अजम्, रक्तउग्रगन्धिका, Red Hairy Celery, Celery Plant, *Apium* sp. (Family : Apiaceae)



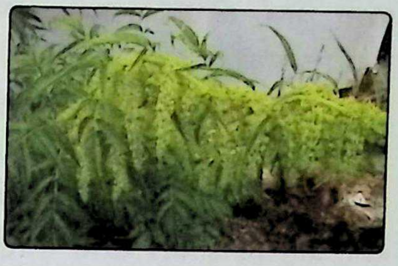
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो छिन्नभिन्न किनारा, झुस भएको, फूल रातो रङको फुल्छ, झुप्पामा बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, बीजहरू तेलीय हुन्छन्, बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो बास्नादार तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, दर्दहर, सुगन्धदायक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पित्तवृद्धि, नुनको मात्रा अधिकको असर, खराब तेलको कुप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, जीर्णज्वर, आन्द्राको घाउ, मुखपाक, जिब्रो-गलाको घाउ, जलोदर, क्षयरोग, अरुचि, अपच, आउँ-पखाला, अनिद्रा, पेट पोल्ने, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, साग ३०-१०० ग्राम, काँच्चै पात सलाद ५० ग्राम, अर्क २० र तेल १० मि.लि., बीजचूर्ण २-५ ग्राम, बीजवटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १६१. अजमोदा वनेलु ठूलो, बडीअजमोदा, वनउग्रगन्धिका, Wild Celery Plant, *Apium graveolens* (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, त्रिशूल आकार पात लामो छिन्नभिन्न किनारा, फूल घिउ रङको सेतो फुल्छ, झुप्पामा बीज लाग्छन् र पाक्छन्, बीज तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो बास्नादार लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पत्थरीहर, पाचक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, दर्दहर, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, खराब तेलको कुप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, जीर्णज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुखपाक, जलोदर, क्षयरोग, अरुचि, अपच, आउँ-पखाला, अनिद्रा, पेट पोल्ने,

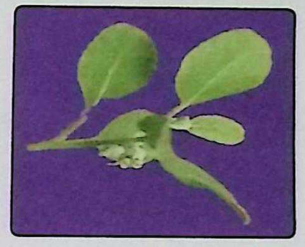
उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले नुनको अधिक मात्राको असर काट्छ । यसैले यो मसलामा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, साग ३०-१०० ग्राम, काँच्चै पात सलाद ५० ग्राम, अर्क २० र तेल १० मि.लि., बीजचूर्ण २-५ ग्राम, बीजवटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६२. अकालबीर, कालबीर, वज्रबल, Datisca Plant, *Datisca cannabina*** (Family : Datiscaceae)



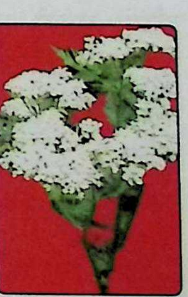
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सिधा ३-५ फिट अग्लो, कठोर हाँगाबिँगा लामा, पात त्रिशूलाकार छिन्नभिन्न, डाँठभरि पहेँलो फुल्ने, फूल २-३ इन्च लामो र चौडाइ एक इन्च, तेलीयबीज मसिना धेरै हुन्छन् । **प्रयोज्याङ्ग** : समस्त भाग । स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रनिस्सारक, ज्वरहर, कफनाशक, दन्तशूलहर, सन्धिवातमा उपयोगी, विरेचक र गण्डमालाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पिसाबको कष्ट-नखुल्ने, रुघा, खोकी, दन्तशूल, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कब्ज, गला-घाँटी सुन्निने, उदरशूल, आमवात, कटिवात, कफग्रस्त दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १०, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., ३-५ ग्राम चूर्ण, १ माना काँढापानी, मालिस २-३ पटक ।

**१६३. अश्वगन्धा मूलागाने, अश्वागन्धामूला, असगंधमूलीवाली, Big-long Asogandha, *Withania* sp.** (Family : Solanaceae)



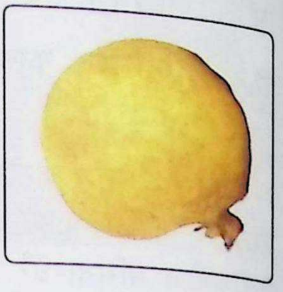
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, झुसे, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो वा गोलाकार, सधैँ फुल्ने र फल्ने पाकेपछि गोलो गेडाभित्र प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव-उष्ण हुन्छ र स्वाद जरा मीठो, पात तितो, गेडा अमिलो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक, शक्तिकारक, वातपुष्टिकर, शोथघ्न, वेदनानाशक, दर्दहर, वीर्यवर्द्धक, पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, आमवात, शारीरिक कमजोरी, अङ्गवात, पक्षवात रजवीर्यदोष, अनिद्रा, दर्द, शोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । पातले मोटोपन, घाउ-खटिरा, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा र रक्तदोष हटाउँछ । **मात्रा** : जरा चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र अश्वगन्धारिष्ट २० मि.लि., टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१६४. अत्तरलाल, इतरीलाल, आतरी, तुख्म खिलाले खलिल, Chervil Plant, *Anthriscus cerefolium*** (Family : Apiaceae)



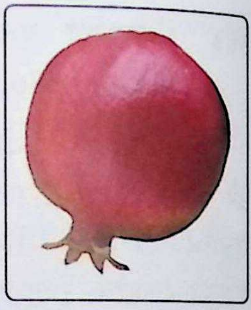
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, अजमोदासमान, सेतो फुल्ने, पात धेरै स-साना झपक्कै, बीज १ से.मि. लामो अजमोदा हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो । यो लगाउने लेप औषधि हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, उत्तेजक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, गर्भघातक, कृमिघ्न, रजस्राव प्रवर्तक, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यो आत्तरीलाल बीजले अर्श, गाँठा-गिर्खा, दुबी, कुष्ठ, दाद, खटिरा, अमहिनावारी, सुन्निएको, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, यौनरोग, सुजाक, दर्द-पीडा इत्यादि हटाउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६५. असफल, आशफल, बुम्ब, मलेहकुट, Eyeball Tree, Dragon's Eyes Plant, *Nephelium longana* (Family : Sapindaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो रूख, पात चेप्टो, सदा हराभरा रहने, गोलो वा अण्डाकार फलभित्र कालो बीज, बोक्रा फुस्फुसे, काण्डको जोडमा २-५ पात र सेतो फूल सानो हुन्छ। फलको स्वाद मीठो-स्वभाव र शीतल शामक हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्निवर्द्धक, पुष्टिकर, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिप्रदायक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, रक्ताल्पता, स्मरणशक्तिह्रास, मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौला सुक्ने, आँखाको रोग, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६६. अनार अमिलो, दारिम अम्लस्वाद, खट्टाअनार, Sour Punica Plant, *Punica* sp. (Family : Lythraceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-२० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, फूल रातो/सेतो वा मिश्रित, पात लाम्चो, चेप्टो-गोलो रातो/सेतो अथवा मिसिएको बोक्रा कडा फलभित्र राता/सेता दाना नरम रसिला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल र पातहरू । यसको फल अमिलो हुन्छ । यसको पात, फूल र बोक्रा तीतो-पिरो र हल्का नुन्याइलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति स्वादिष्ठ, सर्वरोगनाशक, मेधाजनक, रक्तवर्द्धक, कफपित्तहर, सङ्कोचक, रक्तस्राव/हैजा निरोधक, आमाशय बलदायक, स्त्रीरोग र चर्मरोगहर, उन्माद र मूर्च्छामा उपयोगी, विषघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, खूनीअतिसार, कण्ठमाला, भगन्दर, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी-मूर्च्छा, फोक्सोको घाउ-खटिरा, गानो-गोला, अर्श, शूल, मुख-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रगतको कमी, छालाको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १ वटा, फलबोक्रा २-३ ग्राम, फलस्वरस/लेदो ५० र पञ्चाङ्गअर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, फूल १-२ वटा, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सर्वभस्मक्षार चौथाइ एक ग्राम ३-५ पटक ।

**१६७. अम्बोली, अम्बरम्, कनकब्रम, सगसारी, प्रियदर्शनी, Amboli Tonic Plant**

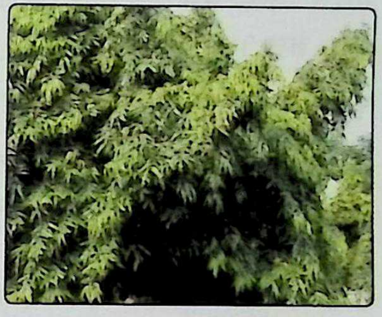
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, ४/४ पात गाढा हरियो चुच्चो भएको ८ नसाहरूको जोडी, रातो वा सुनौलो फूल धेरै, फल तिखो लामो बर्सिमसमानभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्दीपक, कफनाशक, मासिकधर्मनियामक, त्रिदोषशामक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, श्वासप्रश्वासशामक, बलकारी मानिन्छ । यसको फूल, जड, बीज, काच्चो फल प्रयोगमा ल्याइन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, रुघा-खोकी, दम, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, हाड-ढाड-मेरुदण्ड दर्द, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ६० र अर्क ३० तथा तेल १० मि.लि., पात/फूल/फल/बीज १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६८. अशोक घुम्टो ओढेको, हाँगा तल झर्ने अशोक, **Drooping Ashoka Tree,** ***Polyalthia pendula*** (Family : Annonaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो, पात चुच्चो लाम्चो, बोट गुम्बज आकारको, वैशाखमा फुल्छ। फल असारमा लाग्छ र भदौमा रातो भएर पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, फूल, बीज र पात। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुस्रावनियामक, रक्तदोषनिवारक, गर्भाशय शोधक, रक्तस्तम्भक, पित्तनाशक, गर्भाशय अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पाठेघरको घाउ-खटिरा, स्तनको गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, सुजाक, रक्तस्राव, अधिकमासिकश्राव, मासिककष्टता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र अशोकारिष्ट २० मि.लि., पात १-२ वटा, बीज १-३, फूल १-३ वटा, भस्म १-२ वटा २-३ पटक।

### १६९. अशोक सुनौलो, पीतअशोक, स्वर्णअशोकवृक्ष, **Golgen Ashok Plant, Yellow Ashok Tree**



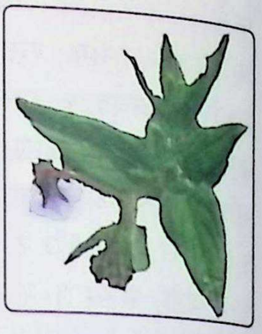
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-५० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा फिँजारिएका भित्र काष्ठसार पहेँलो, पात लाम्चो, सुनौलो फुल्ने केशर पहेँलो मञ्जरीमा फुल्छ, फल सिमीसमान टाटा चेप्टोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, फूल र बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भाशयपुष्टिकर, रक्तशोधक, स्त्रीजन्यरोगमा कल्याणकारी, पित्तनाशक, पाठेघर शुद्धिकर, ज्वरहर, रक्तस्रावनियन्त्रक, गर्भाशय अर्बुदहर, ऋतुस्रावनियामक, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, रक्तस्राव, अधिकमासिकश्राव, ज्वर, महिलारोग, यौनरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्बुद, गर्भाशयको गाँठा-गिर्खा, प्रदर, प्रमेह, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, सुजाक, रजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा अशोकारिष्ट २० र तेल १० मि.लि., पात १-२ वटा, फूल १-५ वटा, बीज २-५ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा २-३ पटक।

### १७०. अस्थिसंहार विशाललता, बृहत्वज्रवल्ली, सिउँडेहड्चुर, हडसंघारी, हडजोड, **Bone Setter Plant,** ***Cissus quadrangularis*** (Family : Vitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो यो विशाललता, सिउँडीझैं, चारपाटे हरियो काण्ड, काण्डको बीच-बीचमा जोर्नीहरू भएका, पात हृदयाकृति मांसल, मञ्जरीयुक्त पुष्प स-साना हरित-श्वेतवर्णका फल गोलो आकारका केराउसमान भित्र रसयुक्त गुदी भएको १ बीज, वर्षाऋतुमा फुल्ने र हिउँदमा फल पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण त्रिदोषशामक र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वातहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, सारक, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, पीडाहर, सप्तधातुरक्षक, रक्तवर्द्धक, स्तम्भक, बलवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मेद-मज्जा नबनेको र जोर्नी खुकुलो भएकोमा हड्डिको विकास नभएको, हाड

भाँच्चिएको-ठोक्किएको-सुन्निएको, ढाड-कम्मर दर्द, घुँडा दुख्ने, अर्श, मन्दाग्नि, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ वटा, पात १-२ वटा३-५ पटक।

१७१. अंधाहुलीसानो, अध:पुष्पी, रोमालु, उँधाहुली, **Borage Plant, *Trichodesma indicum*** (Family : Boraginaceae)



**चिनारी** : यो वर्षादमा सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो सेतो वर्णको झार १-२ फिट अग्लो, काण्डमा भुवा, जमिनमा फैलिन्छन्, हाँगाहरू आधा हरियो र आधा राता, पात रौंयुक्त चार इन्च लामो र एक इन्च चौडा चुच्चा हुन्छन्। फूल हरियो/निलो उल्टो लट्कन्छ, फल पाकेपछि हरियो हल्का तर सफेद हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूढगर्भमा उपयोगी, नेत्ररोगमा हितकारी, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, उदररोगमा उपयोगी, रज:वीर्यसुधारक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, ज्वर, अर्श, रक्तदोष, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, मूढगर्भ, कब्ज, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा मि.लि., पात/फूल/फल १-२ वटा, जरा १-३ ग्राम ३-५ पटक।

१७२. अनदीदूधे, दुग्धधान्य, धान्य, **Milky Anadi Rice, *Oryza* sp.** (Family : Boraginaceae)

**चिनारी** : यो २-५ फिट अग्लो, भालाकार लामा पात, बालामा फुल्ने र फल्ने, पाकेपछि हल्का रातो दानाभित्र चामल दूध आउने, पकाउँदा लेसिलो-चिप्लो-चाम्रो हुन्छ। यसको स्वाद मीठो-स्वादिष्ठ र स्वभाव शामक न ठन्डा न उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्रीभाग चामल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्नेहनकारक, पुष्टिकर, पीडानाशक, उदरशुद्धिकर, मूत्रल, वातहर, तृप्तिदायक, रज:वीर्यसुधारक, सन्तानदायक, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यो चामल भिजाएर घ्यूमा पकाएको लट्टे/चाम्रेले शारीरिक कमजोरी, बाँझोपन, कमजोर गर्भाशय, हाडको रोग, सन्धिशोथ, कटिवात, दर्द, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नपुंसकता, थकावट, अधिकश्रमको पीडा सन्चो गर्छ। यो भिजाएको चामलले कब्ज, पिसाब नहुने, जीर्ण पेटको रोग, प्यास रोग, रक्तार्श, वादीअर्श, सङ्ग्रहणीमा फाइदा पुऱ्याउँछ। यो चामलको विभिन्न मिठाइ परिकार बन्छन्। **मात्रा** : लट्टे/चाम्रे ५०-१०० ग्राम, रोटी १-३ वटा, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, लट्टे पेटभर २-३ पटक।

१७३. अदुवा फुर्के, केउ, केबु, पुस्करमूल, शिवाणी, केमुका, **Ornamental Crape Ginger, Zhang Liu Tou, *Costus speciosus*** (Family : Costaceae)

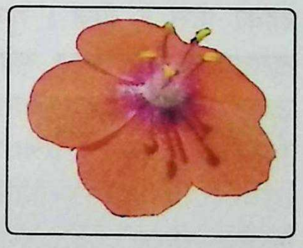
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो, रातो डाँठ, रातो घोगामा टुप्पोतिर सेतो फुल्छ तल्लोभाग रातो हुन्छ, जरामा सेलाहरू र उपजरा रहन्छन्। यसको स्वाद परपराउने टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, वेदनानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, मधुमेह र क्षयरोगमा लाभदायक, मूत्रल, मृदुरेचक, उदररोगमा उपयोगी, ज्वरहर, वातपोषक, श्वासरोगहर, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, श्वासरोग,

कफवृद्धि, ज्वर, पित्तरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, कटिवात, गृध्रसी, क्षयरोग, मधुमेह, सङ्ग्रहणी, स्नायुतन्तुका कमजोरी, कुपोषण, आउँ-पखाला, पेटका जुका, चर्मरोग, फोक्सोशिथिल, जलोदर, पिनास, रुघा-चिसो इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई ५-१०मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १७४. अमलाकाण्ड, डाँठमा फल्ने अमला, अमलो, Stem Fruit Amala Tree

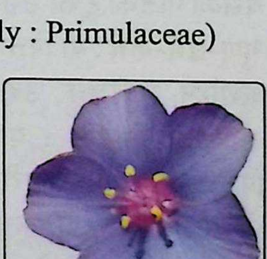
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-२० फिट अग्लो सानो रूख, नफुल्ने, कमजोर हाँगाबिँगा, पात चेप्टो मिठानिम समान, चैत-वैशाखमा फल्छ, पाकेपछि हल्का पहेँलो-हरियो थेप्चो फल हुन्छ। यसको स्वाद धेरै अमीलो-हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, तनावहर, व्रणरोपक, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्बुदहर, मृदुरेचक, उदररोगमा फाइदाजनक, अग्निकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, हृदयरोग, मानसिक तनाव, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, उदरशूल, अपच, अरुचि, मन्दाग्नि, रक्तपित्त, कामला, रक्तरोग, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, फलस्वरस सुई १०-२० मि.लि., फल १-५ वटा ३-५ पटक।

### १७५. अमोरा सुन्तले, धरतीढाक, अरमलेसुन्तले, Orange Chick Plant, *Anagallis arvensis* (Family : Primulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, दुवैतिर गएका, सेतो पाँचपत्रे थुङ्गामा फुल्ने, लाम्चा फलभित्र मसिना गेडामा हुन्छन्। यसको सर्वाङ्ग प्रयोगमा आउँछ। स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मृतिदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, मस्तिष्क पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मृर्गी, अपस्मार, दिमागी गर्मी, छालाका सबै रोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, अर्बुद, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी, धनुर्वात, पक्षाघात, प्रदर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। सर्पविषमा हरेक ३/३ घण्टामा स्वरस १०-२० ग्राम खाँदा जलन कम भई ३ दिनमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम चूर्ण, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, बीज वटी २-३ वटा, सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १७६. अमोस नीलो, अरमले नीलो घाँस, Blue Chik Plant, *Anagallis* sp. (Family : Primulaceae)



**चिनारी** : यो २५०० मिटर सम्ममा पाइने झार हो। यो निलो वा नीलो फुल्ने १-२ फिट अग्लो वर्षमा २ पटक उम्रने घाँस हो। यो नरम चेप्टो मांसल पात, केशर कलेजीमा पहेँलो, चेप्टो फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मृदुरेचक, पुष्टिकर, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, पेटको रोगमा लाभदायक

मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, कब्ज, अर्श, उदरशूल, पेट पोल्ने, घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, आँखाको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चटनी-अचार १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### १७७. अजुबी लता, अबुब्बी, **Ajubi Creeper, Ajub Plant**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ठूलो लहरा, हरियो डाँठ, गोलोपात, किनारमा हल्का दाँत भएको, सदा हराभरा रहन्छ, फुल्छ र फल्छ। यसको स्वाद टर्रो, हल्का तितो परपराउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मेदहर, उदररोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक, वातहर, पीडानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, जोर्नीवाथ, अर्श, मोटोपन, रक्तदोष, उदररोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अङ्गशोथ, कर्णपाक, गृधसी, अङ्गशोथ, गृध्रसी, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा।

### १७८. अलैंची डम्बराशाही, डम्बरशाही अलैंची, बडीइलाइची, **Home Cardamon-Dambarshahi Plant,** ***Ammomum* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। ८००-१८०० मिटरका हिल्यान-चिस्यानमा यसको उत्तम खेती हुन्छ। यो धेरैजसो धाप-धप्यानमा हुन्छ। यसको गानोमा दाना ठूलो र बोक्रा बाक्लोभित्र बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद परपराउने-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानोमा रहेका फल र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, सुगन्धदायक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, अग्निकारक, मूत्रल, कण्ठशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, अम्लपित्त, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, गला-घाँटीका समस्या, टन्सिल, ग्यास्ट्रिक, मुख-जिब्रोका बिबिरा, दम, खोकी, पिनास, रुघा, चिसो, नाक नखुल्ने, फोक्सोभित्र शिथिल, कफवृद्धिज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस सुई ५-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १७९. अजम्बरी लाम्चो पात टर्रो, पठरचट्टी, लम्बावाला पत्थरचट्टा, **Long Leaf Stone Cut Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। आधा-एक फिट लामा पातहरू, फुल्ने समयमा पुष्पदण्ड लाग्छ र फुल्छ। यसको पातको टुक्रा उम्रन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, अर्बुद, ज्वरनिवारक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, मृदुरेचक, उदररोगमा लाभदायक, मधुमेह र सुक्खाराम आन्द्रामा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद, पित्तवृद्धि, ज्वर, मिर्गौला र पित्तपत्थरी, शुक्राश्मरी, दम, खोकी, घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, गलादेखि मुखसम्मका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस सुई ५-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस १ गिलास, वटी २-३ वटा, रस १ गिलास, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### १८०. अजम्बरी हात्तीपाइले, हात्तीपैताला पत्थरचट्टा, **Elephant Foot Leaf Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो उपविषमा मानिएको छ। यो फुल्ने समयमा पुष्पदण्ड लाग्छ र फुल्छ। यसको पातको टुक्रा उम्रन्छ। यो भुइँबाट पातहरू निस्कने हात्तीपाइलासमान पातहरू हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात। **गुण-धर्म-कर्म**: यो धातु-उपधातुशोधक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, अर्बुद, ज्वरनिवारक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, मृदुरेचक, उदररोगमा लाभदायक, मधुमेह र सुक्खाराम आन्द्रामा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद, पित्तवृद्धि, ज्वर, मिर्गौला र पित्तपत्थरी, शुक्राश्मरी, दम, खोकी, घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, गलादेखि मुखसम्मका बिमिरा वा पिड्को इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-५ मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### १८१. अजम्बरी च्यप्टो पात टर्रो, पत्थरचट्टा कषाय, **Lithotomist Plant, Acid Cut Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, काण्डमा सबैतिर चेप्टो पात हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो-कषाय र स्वभाव शामक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, मृदुरेचक, सङ्कोचक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, पेटको रोगमा लाभदायक, मेदहर, योनिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, योनिरोग, मोटोपन, गर्भाशयशोथ, ज्वर, कब्ज, अर्श, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, आन्द्रा सुक्खाराम, उदरशूल, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस कचौरी ३-५ पटक।

### १८२. अरेणी काँडे सानो, एरारी, नानकथरेटी, खदिरपत्री छोटी, सूक्ष्मअरणी, अरारी, **Arari Small Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सदा पाइन्छ। यो काँडायुक्त २-५ फिट अग्लो, खयरसमानपत्र, बैजनी/कलेजी/रातो फुल्ने, कोसाभित्र तेलीयबीजहरू हुने, जरा लामा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र काण्डका बोक्रा, फूल र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दर्दहर, अस्थिपोषक, सङ्कोचक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, सुन्निएको गर्भाशयमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, कटिवात, गृध्रसी, हाडरोग, गर्भाशयशोथ, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गभङ्ग, दर्द, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ र बीजदाल १०० मि.लि. ३-५ पटक।

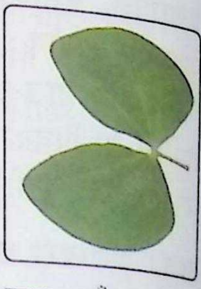
### १८३. अठन्नी, **Athanni Fruit Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ठिल्के रूख हो। यो १०-२० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, गोलाकार ठूलो फलभित्र केस्रा र बीज हुन्छन्। यसको स्वाद अम्लरस-पाकेपछि केही गुलियो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, अर्शोघ्न, उदररोगमा उपयोगी, पाचक, रुचिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, अर्श, कब्ज, रगतको कमी, मासिकअधर्म, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त,

कामला, अम्लपित्त, ज्वर, प्रदर, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, पाचन संस्थान सुक्खाराम, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, फल १-२ वटा, खोटो ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८४. अञ्जनवृक्ष, कमारा, यपी, Blackwood Tree, Anjan Plant, *Hardwickia binata*

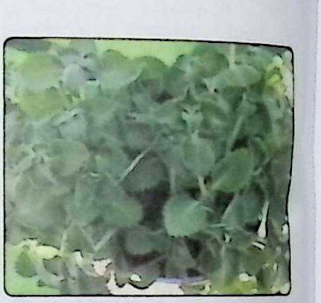
(Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्म पाइन्छ । यो ६०-१०० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, काष्ठसार कालो, संयुक्त पात चेप्टो दुई भागमा बाँडिएको, हरियोमा सेतो फुल्ने फूल सानो, फलभित्र रातो पाङ्गो अझभित्र तेलीय सेतो गुदी हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, शोथघ्न, चर्मरोगहर, वामक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, नेत्ररोग, सुजाक, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीजवटी १-३ वटा, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा बीजतेल २० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक । यस तेलले मालिस २ पटक गर्नुपर्छ ।

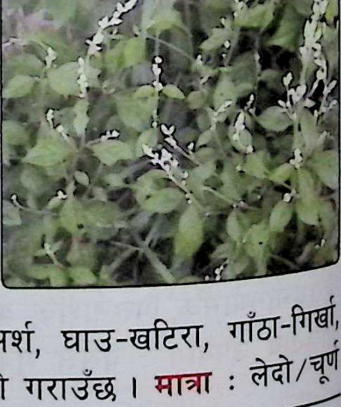
### १८५. अजासुगन्धा सेतो, कर्पुरवल्ली, भास्मु, अजागन्धापर्ण, Cuban Oregano Plant, *Coleus amboinicus*

(Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो सेतो वर्णको, बालामा सेतो-नीलो पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीज हुन्छन् । बास्नादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, चर्मरोगहर, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गलाघाँटी दुख्ने-सुन्निने, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, स्नायुवात, कफवृद्धि, गानो, पेटदुख्ने, हिक्का, कफग्रस्त दम-खोकी, श्वासरोग, फोक्सो/श्वासनली सुन्निएको, जलोदर, क्षयरोग, उदरशूल, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८६. अपामार्ग सेतो, श्वेतअपामार्ग, सफेदनकसिरुका, White Apamarga Plant



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ६-८ महिना रहन्छ र मर्छ । यो १-३ फिट अग्लो, सेतो रङको बिरुवा, पात चेप्टो सेतो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि उल्टो काँडा भुस, भुसभित्र सेतो चामल हुन्छ । यसको स्वाद बीज औधि मीठो र अन्यभाग टर्रो-केही तितो र स्वभाव शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, त्रिदोषशामक, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, फोक्सोको शिथिलता, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, दाँत-कान दुख्ने, पेट पोल्ने, कामला, पित्तवृद्धि, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण

३-५ ग्राम, साग २०-३० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म/क्षार आधा-तीन ग्राम, चामल ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१८७. अकाशचमेली, नीमचमेली, काबलनिम्ब, Jasmine Tree, Cork Plant, *Millingtonia hortensis***
(Family : Bignoniaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ६०-८० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, सेतो फुल्ने, पात डालीमा चेप्टो चुच्चो, गोलाकार फलभित्र बीज हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो केही टर्रो-बास्नादार र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, कफनिस्सारक, ज्वननिवारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, पीडानाशक, स्त्रीधर्मपालक, मेदहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, उदररोगमा फाइदाकर, यकृतपोषक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, गला-ग्रन्थिरोग, सुजाक, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, पिनास, दम, खोकी, अर्श, उदररोग, रक्तदोष, मधुमेह, ज्वर, श्वासरोग, फोक्सोविकार, मासिकअधर्म, प्रदर, कलेजोरोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी एक कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा २-३ पटक ।

**१८८. अनन्तमूल कपूरी-काली, सारिवाकर्पुरगन्धि, गोपवल्ली, Karpoor Scented Creeper, *Hemidesmus* sp.**
(Family : Apocynaceae)

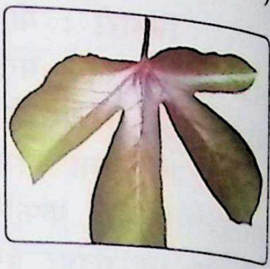
**चिनारी :** यो २५०० मिटरसम्मको भूभागमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट लामो विशाल झ्याङ बहुवर्षायु, दूधे, बोक्रा खैरो रङ र भित्रीभाग केही पहेँलोपन लिएको, हाँगाहरू औँलाजत्रो डाँठ कालो, पत्ता अनारसमान अण्डाकार-आयाताकार १-४ इन्च लामो, फूल बाहिर हरियो र भित्र भण्टा रङको कलेजी मध्यान्हमा फुल्छ, श्रृङ्गाकार फलभित्र बीजहरू फागुन-चैतमा पाकेर फुट्छन् । यसको स्वाद मीठो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, बलकारक, शोथघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, स्वेदजनक, मूत्रल, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, विषघ्न, गर्भरक्षक, त्रिदोषशामक, रोगप्रतिरोधात्मक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, जोर्नीवाथ, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, स्त्रीरोग, विषप्रभाव, पिनास, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, पित्तज्वर, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** शीतरस १०० र स्वरस/दूधसुई २-१० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**१८९. अकमेहन्दी, कागमेहन्दी, Black Henna Plant**

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, नयाँ पालुवा सुन्दर, गन्ध आउँछ, पात लामो सानो मेहन्दीसमान, सेतो फुल्ने, फल कालीमरिचसमान भित्र राता तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो केही टर्रो-हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, शोथहर, मदकारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, वातहर, ज्वरघ्न, केशरक्षक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, श्वासरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कपाल झर्ने, छालाका रोग, रक्तदोष, ज्वर, अर्श,

अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, आउँ-पखाला, उदररोग, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १९०. अढिर बाघपाते रातो, Belly-Achebush Plant, *Jatropha gossypifolia* (Family : Euphorbiaceae)

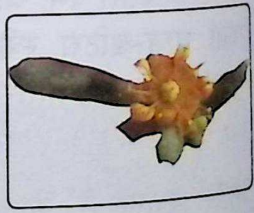


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-१५ फिट अग्लो, रातो फुल्ने केशर सुनौलो, पात पञ्जाकार, फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद परपराउने-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, पीडानाशक, अर्शोघ्न, वामक, विरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, छाला चिरिएको, रोमकूपशोथ, दन्तपूय, कण्डू, प्रमेह, पीडिका, अर्श, कब्ज, अण्डकोशवृद्धि, ढाड-कम्मर दुख्ने, दाद, जनैखटिरा, कान पाक्ने, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी १ गिलास २-३ पटक।

### १९१. अयुरी, ताडीकालो, Wild Black Palm Plant

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात संयुक्त लाम्चो, यो कालो वर्णको, फूल कालो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, निद्राकारक, अतिश्रमको पीडाहर, त्रिदोषशामक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, अनिद्रा, मानसिकरोग, मधुमेह, मुखपाक, अजीर्ण, मेदरोग वा मोटोपन, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फल/फूल १-२ वटा ३-५ पटक।

### १९२. अलेठी, चिपल, पुतलानी, Caper Bean Plant, *Zygophyllum simplex* (Family : Zygophyllaceae)

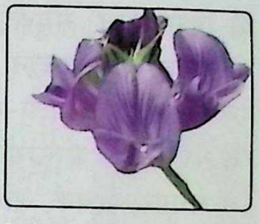


**चिनारी** : यो अति गर्मी हावापानीमा र प्रायः मरुभूमिका बलौटोमा धेरै पाइन्छ। यो वर्षायु, ३०-५० से.मि. अग्लो, धेरै झ्याँगिन्छ, कमजोर-नाजुक डाँठ, सुनौलो फुल्छ, पात दलदार लाम्चो बेलनाकार, फलभित्र चुच्चो बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद तीतो केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्राभिष्यन्दनाशक, कृमिमारक, मेदहर, ज्वरनिवारक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, नेत्ररोग, ज्वर, मोटोपन, कामला, उदरशूल, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्श, मन्दाग्नि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १९३. अल्फाअल्फा निलो, रातराजमुस्लो, कोलु, Red Alfalpha Plant, Lucernweed, *Medicago sativa*

(Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० डिग्री सेन्टीग्रेट तापक्रममा राम्रो उत्पादन हुन्छ । संसारको प्रायः सबै देशमा यो खेती गर्न सकिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो केराउसमान, पुष्प निलो-सेतो फुल्ने, पात चेप्टो केही लाम्चो त्रिपत्रक, कोसाभित्र चेप्टो तेलीयबीज, जरा राता गहिरो लाम्चा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फूल, पात, गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातहर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, पित्तनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, दुब्लो-पातलो रोग, कुपोषण, रजःवीर्य विकार, रक्ताल्पता, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, नसारोग, अनिद्रा, तनाव, अर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, आमवात, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम । काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९४. अरेलुकाँडो कालो फुल्ने, श्याहाकान्ता, आलाकाला, अइली, कृष्णअरारी, खिनकारीकालो, शाहीकाँडो, Black Strggling Prickly Shrub, *Mimosa species*

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, काण्ड र पात काँडादार, पात संयुक्त दुवैतिर गएका, काष्ठसार रातो, फूल कालो/नीलो, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू, जरामा बोक्रा रातो-केही कालो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जराका बोक्रा, काष्ठसार, फूल, पात र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कपनिस्सारक, वातव्याधिहर, रक्तशोधक, वेदनानाशक, गर्भाशयशोधक-सङ्कोचक, अर्बुदहर, श्वासरोगहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कटिवात, पक्षाघात, दम, खोकी, नसारोग, गर्भाशयशोथ, अतिश्रमको पीडा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, क्षय, जलोदर, आमवात, मोटोपन, पेट डम्म-ढुस्स हुने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९५. अल्फाअल्फा सेतो, सफेद राजमुस्लो, कोलु, White Alfalpha Plant, Lucern, *Medicago sativa*

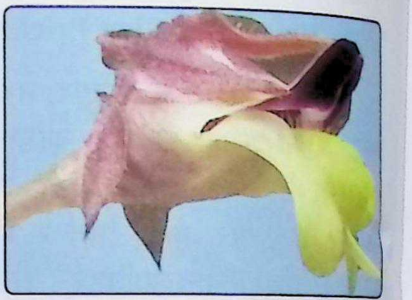
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० डिग्री सेन्टीग्रेट तापक्रममा राम्रो उत्पादन हुन्छ । यो संसारको प्रायः सबै देशमा खेती गर्न सकिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, केराउसमान, पुष्प सेतो फुल्ने, पात केही लाम्चो-चेप्टो त्रिपत्रक, कोसाभित्र चेप्टो तेलीयबीज, जरा राता गहिरो लामा जान्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फूल, पात, गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातहर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, पित्तनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुब्लो-पातलो रोग, कुपोषण, रजःवीर्यविकार, रक्ताल्पता, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, नसारोग, अनिद्रा, तनाव, अर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, मासिकअधर्म, शारीरिक कमजोरी, आमवात, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम । काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९६. अङ्गुरीवृक्ष, शिलांगरी, गौँडा, ओसाई, काकतिक्ता, **Vitex Tree,** ***Vitex peduncularis*** (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो विशालवृक्ष, संयुक्त पात एक फिट लाम्चो चुच्चो, फूल सेतो/निलो बालामा फुल्छ, गोलाकार फल हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र फल। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अमिलो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, रक्तःस्तम्भक, ऋतुधर्मनियामक, पत्थरीहर, सङ्कोचक, उदररोगनाशक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, पाचक, अग्निकारक, नेत्ररक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, उदरशूल, गानो, अर्श, मलेरिया, कालाज्वर, पिसाबमा रगत आउने, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग, रक्तस्राव, हैजा, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कामला, हृदयरोग, कामला, पेट पोल्ने, आँखाको रोग, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, फलस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १९७. अर्बुदहर बुटी, अर्बुदघ्न वनस्पति, **Sharpleaf Cancerwort Plant,** ***Kickxia elatine*** (Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाईन्छ। यो सानो झार ३०-५० से.मि. अग्लो, रोमश, धेरै हाँगाहरू भएको रौं रहेका, चेप्टो पात, नरम भुवादार चेप्टो फूल १.५ से.मि. लामो पहेंलो-बैजनी-सेतो फुल्ने अजिङ्गरको मुखजस्तो फल ४ मि.मि. लामो, कोसामा भित्र बीज तेलीय, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, गुल्महर, मेदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, गुल्म, मोटोपन, रक्तदोष, अर्बुद, कफग्रस्त समस्या, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कटिवात, पक्षाघात, आन्द्राको घाउ, मुखपाक, गलाघाँटीका रोग, मुख-जिब्रोका घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १९८. अरारी सेतो हल्का रातो फुल्ने, सफेदएरारी, शाहीकाँडे, अइली, शाहीकाँटा, खिंकारी, **Himalayan Mimosa,** ***Mimosa rubicaulis*** (Family : Fabaceae)

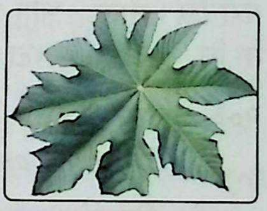
**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-२० फिट अग्लो, रातो काठ, संयुक्त पात दुवैतिर गएका, काण्डमा काँडो तिखो, सेतो फुल्ने हल्का रक्तपनको, फल कोसामा भित्र तेलीय गेडाहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जराका बोक्रा, फूल, बीज, भित्री काष्ठ र पात। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, सङ्कोचक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक, रक्तवर्द्धक, गर्भाशय, बलकारक, अर्बुदहर, शोथघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, पाठेघर खस्ने-सुन्निने, कफग्रस्त दम-खोकी, फुफ्फुसपुष्टिकर, जोर्नीवाथ, कटिवात, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसारोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, प्रमेह, चोटपटक लाग्ने, हड्डी टुट्ने-फुट्ने, अर्बुद इत्यादि

सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, बीजतेल १० र पुष्पस्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

**१९९. अखटरुवा सानो, वनरीठा, लिबाडा, कोरा, Heynea Small Plant, *Heynea trijuga* (Family : Meliaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो बोट, २०-३० फिट अग्लो, हरियो-सेतो फुल्ने, फल अण्डाकार, पात लाम्चो, बीजहरू तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-टर्रो हल्का मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, शोथघ्न, वेदनानाशक, वातपोषक, कफनिस्सारक, अतिश्रमहर, मदकारक, निद्राजनक, तनावहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गृध्रसी, दम, खोकी, श्वासरोग, चिसो-रुघा, जलोदर, क्षयरोग, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा, तनाव, मानसिकरोग, कटिवात, पक्षाघात, ढाड-कम्मर दर्द, घुँडा दुख्ने, वायुगोला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**२००. अढिर सेतो ठूलो सेतो डाँठ भएको, बृहत्श्वेतएरण्ड, White Castor oil Plant, *Ricinus communis* (Family : Euphorbiaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, सेतो ठूलो सेतो डाँठ भएको, पात पञ्जाकार ७-१०भागमा छिन्नभिन्न, मञ्जरी नर र मादा पुष्प हरियो-सेतो-पहेँलो फुल्छ, तीनभागमा रहेको काँडादार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वामक, विरेचक, शोथघ्न, मूत्रल, वेदनानाशक, कफघ्न, शूलघ्न, कृमिमारक, अर्शोघ्न, मदकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, गृध्रसी, चर्मरोग, उपान्द्रशोथ-गाँठो पर्ने, वातप्रकोप, वातजशूल, आमवात, घुँडा दर्द, ढाड-कम्मर दुख्ने, स्तनगाँठो, अण्डकोषवृद्धि, अर्श, गाँठा-गिर्खा, वातरक्त, उदरशूल, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कर्णपाक, प्रसव कष्ट इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र पुष्पस्वरससुई १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., बीज वटी १-२ वटा, चूर्ण १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक।

**२०१. अजमोदा पहाडी, ज्वानो वनको पहाडी, लेकाली अजमोदा, Silphium Parsley Plant, *Petroselinum crispum* (Family : Apiaceae)**

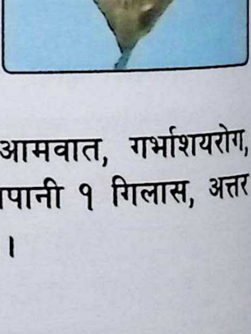
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, त्रिशूलाकार पात छिन्नभिन्न दन्तुर, फूल हरियोपछि सेतो फुल्छ, बीजहरू तेलीय हुन्छन्। यसको जरा र बीजमा विशिष्ठ कपूरगन्धी-बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, मूत्रल, शोथघ्न, पित्तनाशक, वाजीकर, श्वासरोगहर, गर्भाशय शोधक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, अग्निकारक, पेटको रोगमा लाभदायक, वेदनानाशक, पत्थरीहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, जलोदर, क्षयरोग, पित्तप्रकोप, दम, खोकी, पिनास,

अर्धकपाली, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, अर्श, आउँ-पखाला, प्रसूति, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, पत्थरी, मूत्रविकार, सुजाक, छालाको रोग, मासिकअधर्म, उदरशूल, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २०२. अङ्गिरा, कर्टिला, Gum Tragacanth Plant, *Astragalus gummifer* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो सदा हराभरा रहन्छ, १-३ फिट अग्लो धेरै हाँगाबिँगाहरूमा तिखो काँडा, बोक्रा रातो आभा भएको, ध्वाँसेवर्णको गोलाकार चिन्ह लिएको, फेदका हाँगाहरू सेतो रङको, रौँसहित पात संयुक्त सानो ५-७ जोडी दुवैतिर गएका, फूल सेतो-पहेँलो, फलमा एक बीज, ग्रीष्मकालमा दूध झर्छ जम्छ र सुकेपछि चोप बन्छ । साउन-भदौमा चिरा लगाएर दूध निकाल्ने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : दूध जमेपछिको चोप । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का फिका लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, आन्द्रा एवम् मूत्ररोगमा हितकारी, शान्तिकर, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, आन्द्राको घाउ, मुख-गलाको खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, सुक्खा दम-खोकी, आमवात, जोर्नीवाथ, अर्शको अङ्कुर, रजःवीर्यदोष, ज्वर, पेट पोल्ने, उदरशूल, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०३. अङ्गिरा निलो, नीरकर्टिला, Milk Vetch Bluish Flower, Mongolian Milkvetch, Huang Chi, *Astragalus onobrychis* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो मङ्गोलियातिर गर्मी हावापानीमा धेरै पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, रातो बोक्रा भएको रातो फुल्ने, पात दुवैतिर गएका ५-७ जोडी, संयुक्त सानो, फलभित्र एक तेलीय बीज, ग्रीष्मकालमा दूध झर्छ र चोप जम्दछ । साउन-असोजमा चिरा लगाएर चोप बनाउने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, मूत्रल, सङ्कोचक, व्रणसुधारक, हृदयहितकारी, मेदहर, श्वासरोगहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, पत्थरी, दम, खोकी, पिनास, मोटोपन, पेटदुख्ने, गानो, उदरशूल, जलोदर, क्षयरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-अर्श, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आमवात, गर्भाशयरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०४. अरिठा वृहत्अखटरुवा, वनरीठा, लिबाडा, कोरा, Heynea Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो बोट, ३०-५० फिट अग्लो, केही पहेँलो हरियो-सेतो फुल्ने, फल अण्डाकार, पात लाम्चो चुच्चो, बीजहरू तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो हल्का मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, शोथघ्न, वेदनानाशक, वातपोषक, कफनिस्सारक, अतिश्रमहर, मदकारक, निद्राजनक, तनावहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गृध्रसी, दम, खोकी, श्वासरोग, चिसो-रुघा, जलोदर, क्षयरोग, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा, तनाव, मानसिक रोग, कटिवात, पक्षाघात, ढाड-कम्मर दर्द, घुँडा दुख्ने, वायुगोला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२०५. अढिर सेतोभ्रुसे, श्वेतएरण्ड रौंदार, White Castoroil Plant, *Ricinus comunis* (Family : Euphorbiaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-१२ फिट अग्लो, डाँठ सेतो भुसे, पात पञ्जाकार छिन्नभिन्न मञ्जरी नर र मादा पुष्प हरियो-सेतो-पहेंलो फुल्छ, तीनभागमा रहेको काँडादार फलभित्र तेलीय बीज रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वामक, विरेचक, शोथघ्न, मूत्रल, वेदनानाशक, कफघ्न, शूलघ्न, कृमिमारक, अर्शोघ्न, मदकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, चर्मरोग, उपान्द्रशोथ-गाँठो पर्ने, वातप्रकोप, वातजशूल, आमवात, घुँडा दर्द, ढाड-कम्मर दुख्ने, स्तनमा गाँठो पर्ने, अण्डकोषवृद्धि, अर्श, गिर्खा, वातरक्त, उदरशूल, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कर्णपाक, प्रसवकष्ट इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., बीज वटी १-२ वटा, चूर्ण १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक ।

**२०६. अजमोदा पहाडी भ्रुसे, ज्वानो वनेलुपहाडी, लेकाली अजमोदा, Silphium Hairy Parsley Plant**

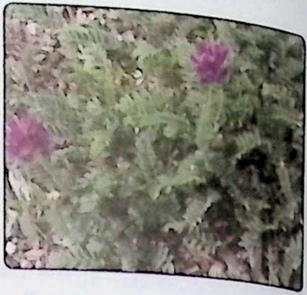
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, भुसे, त्रिशूलाकारपात छिन्नभिन्न दन्तुर, फूल हरियोपछि सेतो फुल्छ, बीजहरू तेलीय हुन्छन् । यो बास्नादार हुन्छ । यसको जरा र बीजमा विशिष्ट कपूरगन्धी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, मूत्रल, शोथघ्न, वाजीकर, श्वासरोगहर, गर्भाशय शोधक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, अग्निकारक, पेटको रोगमा लाभदायक, वेदनानाशक, पत्थरीहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, जलोदर, क्षयरोग, पित्तप्रकोप, दम, खोकी, पिनास, अर्धकपाली, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, अर्श, आउँ-पखाला, प्रसूति, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, पत्थरी, मूत्रविकार, सुजाक, छालाको रोग, मासिकअधर्म, उदरशूल, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

**२०७. अङ्गिरा सेतो, कर्टिला, Gum White Tragacanth Plant, *Astragalus gummifer* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा धेरै पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, १-३ फिट अग्लो धेरै हाँगाबिँगाहरूमा तिखो काँडा, बोक्रा रातो आभा भएको, ध्वाँसेवर्णको गोलाकार चिन्ह लिएको, फेदका हाँगाहरू सेतो रङको रौंसहित पात संयुक्त सानो ५-७ जोडी दुवैतिर गएका, फूल सेतो-पहेंलो, फलमा एक बीज, ग्रीष्मकालमा दूध भर्छ जम्छ र सुकेपछि चोप बन्छ । साउन-भदौमा चिरा लगाएर दूध निकाल्ने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : दूध जमेपछिको चोप । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो हल्का फिका लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, आन्द्रा एवम् मूत्ररोगमा हितकारी, शान्तिकर, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, आन्द्राको घाउ, मुख-गलाको खटिरा, गाँठा-

गिर्खा, मूत्ररोग, सुख्खा दम-खोकी, आमवात, जोर्नीवाथ, अर्शको अङ्कुर, रज:वीर्यदोष, ज्वर, पेट पोल्ने, उदरशूल, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०८. अङ्गिगरा निलो, नीरकर्टिला, **Milk Vetch Bluish–Purple Flower, Mongolian Milkvetch, Huang Chi,** ***Astragalus onobrychis*** (Family : Fabaceae)

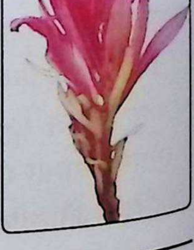


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा धेरै पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, रातो बोक्रा भएको, निलो वा बैजनी फुल्ने, पात दुवैतिर गएका ५-७ जोडी, संयुक्त सानो, फलभित्र एक बीज, ग्रीष्मकालमा दूध झर्छ र चोप जम्दछ । साउन-असोजमा चिरा लगाएर चोप बनाउने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, मूत्रल, सङ्कोचक, व्रणसुधारक, हृदयहितकारी, मेदहर, श्वासरोगहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, पत्थरी, दम, खोकी, पिनास, मोटोपन, पेट दुख्ने, गानो, उदरशूल, जलोदर, क्षयरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-अर्श, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आमवात, गर्भाशयरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०९. अङ्गेर रातो बोक्रा हुने, लालअयार, **Oval Leaved Lyonia,** ***Lyonia ovalifolia*** (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो ५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो समशीतोष्ण जलवायु क्षेत्रमा धेरै हुन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पतझर, अण्डाकार पात, बोक्रा रातो, सेतो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र चेप्टा सेता तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-टर्रो-केही कोक्याउने र स्वभाव उष्ण-उत्तेजक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मअर्बुदहर, विषघ्न, शोथघ्न, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, धातु-उपधातु शोधक, पारदोषमारक, कृमिमारक, अर्शोघ्न, कुष्ठघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसलाई खानका लागि शुद्ध गर्नुपर्छ भने लगाउनका लागि भने शुद्ध गर्नुपर्दैन । यसले कुष्ठ, दाद, दुबी, खतरा कृमि, छालाको अर्बुद, मारण, कफज्वर, विषप्रभाव, अर्श, गाँठा-गिर्खा, लुतो, दादुरा, जनैखटिरा, अज्ञात छालारोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, खतरा विष सेवनमा, रक्तरोग, कपालको जुम्रा-चाया-लिखा परेमा र जनावरको कीर्ना इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घिउ-तेलमा डढाएर छानी मालिस गरिन्छ । **मात्रा** : क्षार १-२ चामल जति, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, चूर्ण-लेदो १-३ ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० तथा बीजतेल २० मि.लि., भस्म वटी १-२ वटा, फल १-२ वटा २-३ पटक ।

### २१०. अंगेर लाम्चो पाते, अयार, लालअयार लम्बीपाते, **Long Leaved Lyonia Plant,** ***Pieris ovalifolia*** (Family : Ericaceae)



**चिनारी** : यो १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो पतझर १५-३० फिट अग्लो, लाम्चो पात, पालुवामा पूरै बोट राताम्य हुन्छ, लाम्चो फलभित्र चेप्टा बीज सेता हुन्छन् । यसको स्वाद पिरो-कोक्याउने-मतमत्याउने र स्वभाव उत्तेजक, अति उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, शोथघ्न, दर्दहर, चर्मअर्बुदहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, स्वेदकारक, विषघ्न, धातु-उपधातु शोधन-मारणमा उपयोगी, पारद शुद्धीकरणमा लाभदायक, कुष्ठघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुवी, दाद, कुष्ठ, लुत्तो, दाग, जनैखटिरा, छाला अर्बुद, अर्श, गाँठा-गिर्खा,

चिलाउने, कपालको जुम्रा-चाया, फोका-फुन्टुरा उठ्ने, आगोले जलेको-पोलेको खत-खतरा, छालामा आउने अज्ञात रोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी-यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : यसको पात पिसेर लेपन गर्ने, बोक्राको लेप लगाउने, पकाएर खोटो लिप्ने अथवा तेल/घिउमा पकाएर छानी तेल मालिस गर्नुपर्छ। यसको भस्म/क्षार १-३ चामलजति, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि. विषादिनाशक योगमा २ पटक लिनुपर्छ। यसलाई खाने बनाउनु नै विषलाई अमृत निर्माण गर्नु हो।

**२११. अङ्गेर मोटोपाते, मोटापत्ते अयार, Thick Leaf Japanese Plant, *Pieris japonica* (Family : Ericaceae)**

**चिनारी** : यो यो पूर्वी एशियातिर पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, पात दुवैतिर गएका १-३ अङ्गुल लामो, फूल सेतो, सानो, फल ५ कोणे, खैरो, रातो बोक्रा, फल लाम्चो पुसमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने र टर्रो -तितो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, रक्तशोधक, स्वेदकारक, चर्मअर्बुदहर, कुष्ठघ्न, विषघ्न, उत्तेजक, कृमिमारक, धातु-उपधातु शोधक-मारक, शोथघ्न, पारद शुद्धीकरणमा एक सहयोगी, उत्तेजक, व्रणरोपक, केशरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, पुराना घाउ-खटिरा, पेटका समस्त कृमि, आउँ-पखाला, कपालका जुम्रा-लिखा-चाया, चर्म अर्बुद, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेपन, तेल मालिस २-३ पटक।

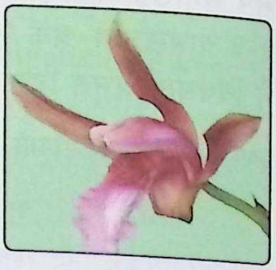
**२१२. अजिङ्गर लहरो लेकाली, अजगरी, विशाल सर्पलहरो, अजिङ्गरलता, Ajingar Plant, Himalayan Dragon Creeper**

**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-७ हात लामो भुइँमा फैलिने लहरो, आयाताकार थोरै पात, काण्डमा अजिङ्गरका समान टाटा हुन्छन्, नीलो फुल्छ र फल लाग्छ, पाक्छ। यसको स्वाद कोक्याउने-परपराउने-तीतो केही टर्रो र स्वभाव अति उत्तेजक उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यो विषजन्यलता पारदशोधन-मारण र अग्निस्तम्भन हेतु प्रयोग गरिन्छ। धातु-उपधातु शुद्धीकरणमा यसलाई उपयोगमा ल्याइन्छ। यसको सर्वाङ्गलाई तेल/घिउमा डढाएर छानी मालिसतेल वातव्याधिमा औषधि बनाइन्छ। यसलाई पिसेर कुष्ठ, दुबी, दाद, भिरिङ्गी-फिरिङ्गीमा लगाउने प्रचलन छ।

**२१३. अढिरमेवा, एरण्डककडी, Melon Tree Like a Castrol Oil Leaf Plant, *Carica* sp. (Family : Caricaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो दूधे १५-३० फिट अग्लो, पात पञ्जाकार अढिरको पातसमान सातखण्डमा छिन्नभिन्न, फूल मादा र नर सेतो फुल्ने केशर पहेँलो, फल मेवासमान भित्र पहेँलो गुदी र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रेचक, मूत्रल, तृप्तिकारक, पेटको रोगमा लाभदायक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, आउँ-पखाला, रक्तपित्त, ज्वर, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क २० र पाकेको फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-२० ग्राम, १-३ चिरा, काच्चो २०-५० ग्राम, तरकारी ३०-१०० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २१४. अमरकन्द, मालाकन्द, पंक्तिबद्ध कन्द, अलिकन्द, Collar Root Plant, *Eulophia nuda* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीमा १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो अग्लो कालीमुसली पातसमान आयाताकार चुच्चो, पुष्पदण्डमा हल्का सेतो-रातो भुइँचम्पासमान फूल, अण्डाकार केही चुच्चो फल, जमिन फलभित्र गोलाकार-चुच्चो कन्द सेतो/मैलो वर्णको एक आपसमा जोडिएका मालाझैं हुन्छन् । यो पानी परेपछि जेठ-असारमा उम्रन्छ र कार्तिक-मंसिरमा पात सुक्छ-हराउँछ, जरामात्र रहन्छ । तब जरा खनेर सुकाउनुपर्छ । धेरै दिन हिलो-गिलो रहन्छ छिटो सुक्दैन । यसको स्वाद मीठो, केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, कन्द-फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, अस्थिपुष्टिकर, शोथघ्न, गण्डमालाहर, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रक्तरोगहर, पीडानाशक, गर्भपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरदर्द, गलगाँडा, गला-घाँटीका रोग, पार्श्वशूल, दम, खोकी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, अङ्गशोथ, मूत्ररोग, मेरुदण्ड-हाडरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, फल/फूल/कन्द १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१५. अचार नुनपीरोसहितको, अमिलोपीरो र नूनीलो अचार, Sour and Pungent Pickkle

**चिनारी** : यो समस्त हावापानीमा बनाउन सकिन्छ । फलहरूलाई पाकेका बेला वर्षभरि पुग्ने गरी अम्लवर्गका घर वरिपरिका वनस्पति-जडीबुटीका फलांशलाई केहीदिन भाँडामा नुन र पीरो साँधेर कुहाएर बनाइन्छ । यो एकदम सर्वसुलभ र सस्ता जडीबुटीका फल वा कुनै द्रव्यहरूलाई एक्लै वा धेरै मिसाएर पकाई गुम्स्याएर केही दिनमा तयार गरिन्छ । यदि रोग अनुसारका अचार बनेमा मानवस्वास्थ्यका लागि अमृतमा गनिन्छ । सस्तो अमिलो पदार्थलाई नुन र कटुवर्गका पीरोफल वा एक्लै खुर्सानीमा कुहाए पछि औषधि अचार भनिन्छ । अचार मन्द, मधुर, मधुराम्ल, अम्ल र अत्यम्ल ५ प्रकारका हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ-रुचिकारक, पित्तनाशक, पाचनसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, बलकारक, तृप्तिकारक, मेदजनक, निद्राकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुक्खा दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पागलपन, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, रजवीर्यदोष, शरीरको कडापन, रक्तविकार, रक्तार्श, रक्तरोग, उदरशूल, रक्तस्राव, वातरक्त, शूल, मूर्च्छारोग, अपस्मार, मृगी-छारे इत्यादि सन्चो गराउँछ । अचार पार्ने भाँडो माटो वा काठको राम्रो भनिन्छ । विषाणु प्राणीले टोक्ने-डस्नेमा र मुटुको गति तेज बढ्नेमा अचारले तत्काल उपकार गर्छ । **मात्रा** : यो कम अमिलो नयाँ अचार १०-२० र पुरानो १-५ ग्राम ३-५ पटक । **सावधान** : कुद्रव्य, रोगी मानिसको थुक-सिँगान र मैलो परेको, धेरै वर्ष कुहिएको, अत्यन्त अमीलो अचार, कुनै केमिकल मिश्रित अचार, रोगीको सङ्क्रमण-सरुवाको महामारी बेलामा बनाएको अचार, मात्राअधिक अचार, प्लास्टिक सामग्रीमा सङ्कलित र कृत्रिम-अप्राकृतिक अचार, अशुद्ध र कीरा-कीटाणु परेको नकारात्मक मनको अल्छी अचार खानु हुँदैन ।

### २१६. अचार नुन, पीरो र तेलसहितको, अमिलो तेल पीरो र नूनीलो अचार, Spicy With Oil Sour Pickkle

**चिनारी** : यो समस्त हावापानीमा बनाउन सकिन्छ । फलहरूलाई पाकेका बेला वर्षभरि पुग्नेगरी अम्लवर्गका घर वरिपरिका वनस्पति-जडीबुटीको फलांशलाई केहीदिन भाँडामा तेल, नुन र पीरो साँधेर कुहाएर बनाइन्छ । यो एकदम सर्वसुलभ र सस्ता आयुर्वेदिक जडीबुटीका फल वा कुनै द्रव्यहरूलाई एक्लै वा

धेरै मिसाएर पकाई गुम्स्याएर केही दिनमा तयार हुन्छ। यदि रोग अनुसारका अचार बनेमा मानवस्वास्थ्यका लागि अमृतमा गनिन्छ। सस्तो अमिलो पदार्थलाई तेल, नुन र कटुवर्गका पीरोफल वा एक्लै खुर्सानीमा कुहाए पछि औषधि अचार भनिन्छ। अचार मन्द, मधुर, मधुराम्ल, अम्ल र अत्यम्ल ५ प्रकारका हुन्छन्। स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो र अमिलो-मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ-रुचिकारक, पित्तनाशक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, बलकारक, तृप्तिकारक मेदजनक, निद्राकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुख्खादम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पागलपन, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, धातुरोग, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, शरीरको कडापन, रक्तविकार, उदरशूल, रक्तस्राव, वातरक्त, शूल, मूर्च्छारोग, अपस्मार, मृगी-छारे इत्यादि सन्चो गराउँछ। अचार पार्ने भाँडो माटो वा काठको राम्रो भनिन्छ। विषाणु प्राणीले टोक्ने-डस्नेमा र मुटुको गति तेज बढ्नेमा अचारले तत्काल उपकार गर्छ। **मात्रा** : कम अमिलो ५-१० र बासीत्यासी १-२ ग्राम ३-५ पटक। **सावधान** : कुद्रव्य, रोगी मानिसको थुक-सिंगान र मैलो परेको, धेरै वर्ष कुहिएको, अत्यन्त अमीलो अचार, कुनै केमिकल मिश्रित अचार, रोगीको सङ्क्रमण-सरुवाको महामारी बेलामा बनाएको अचार, मात्राअधिक अचार, प्लास्टिक सामग्रीमा सङ्कलित र कृत्रिम-अप्राकृतिक अचार, अशुद्ध र कीरा-कीटाणु परेको नकारात्मक मनको अल्छी अचार खानु हुँदैन।

### २१७. अचार गुलियो, Sour Sweety and Tasty Pickle

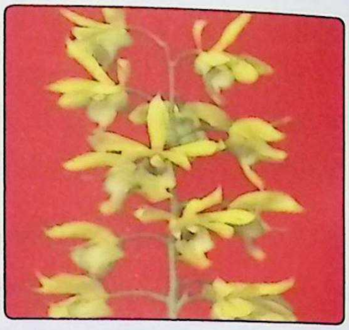
**चिनारी** : यो समस्त हावापानीमा बनाउन सकिन्छ। फलहरूलाई पाकेका बेला वर्षभरि पुग्ने गरी अम्लवर्गका घर वरिपरिका वनस्पति-जडीबुटीका फलांशलाई भाँडामा गुलियो साँधेर कुहाएर बनाइन्छ। यो एकदम सर्वसुलभ र सस्ता आयुर्वेदिक जडीबुटीका फल वा कुनै द्रव्यहरूलाई एक्लै वा धेरै मिसाएर पकाई गुम्स्याएर केही दिनमा तयार पारिन्छ। यदि रोग अनुसारका अचार बनेमा मानवस्वास्थ्यका लागि अमृतमा गनिन्छ। सस्तो अमिलो फललाई मधुरवर्ग वा एक्लै चिनी/मह/सक्खर कुहाए पछि औषधि अचार भनिन्छ। अचार मन्द, मधुर, मधुराम्ल, अम्ल र अत्यम्ल ५ प्रकारका हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ-रुचिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रजवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, बलकारक, तृप्तिकारक, मेदजनक, निद्राकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुक्खा दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पागलपन, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, धातुरोग, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, शरीरको कडापन, रक्तविकार, उदरशूल, रक्तस्राव, वातरक्त, शूल, मूर्च्छारोग, अपस्मार, मृगी-छारे इत्यादि सन्चो गराउँछ। अचार पार्ने भाँडो माटो वा काठको राम्रो भनिन्छ। विषाणु प्राणीले टोके-डसेमा र मुटुको गति तेज हुनेमा अचारले तत्काल उपकार गर्छ। **मात्रा** : कम अमिलो ५-१० र पुराना धेरै अमीलो अचार १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### २१८. अचार सुकेको अमीलो, एकल अम्लीय, Alone Dry Sour Pickkle

**चिनारी** : यो अचार समस्त हावापानीमा बनाउन सकिन्छ। फलहरूलाई पाकेका बेला वर्षभरि पुग्नेगरी अम्लवर्गका घर वरिपरिका वनस्पति-जडीबुटीका फलांशलाई केही दिन घाममा सुकाएर सुईपाक गरी बनाइन्छ। यो एकदम सर्वसुलभ र सस्ता आयुर्वेदिक जडीबुटीका फल वा कुनै द्रव्यहरूलाई एक्लै घाम-तापमा राखी केही दिनमा तयार हुन्छ। यदि रोग अनुसारका अचार बनेमा मानवस्वास्थ्यका लागि अमृतमा गनिन्छ। कुनै एक सस्तो अमिलोलाई एकल औषधि अचार भनिन्छ। स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ-रुचिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रजवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी,

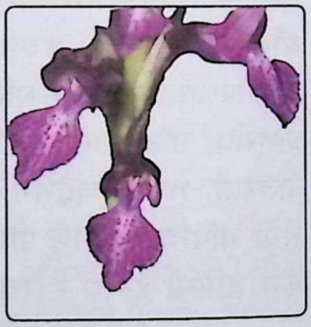
ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, बलकारक, तृप्तिकारक मेदजनक, निद्राकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुक्खादम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पागलपन, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, धातुरोग, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, शरीरको कडापन, रक्तविकार, उदरशूल, रक्तस्राव, वातरक्त, शूल, मूर्च्छारोग, अपस्मार, मृगी-छारे, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । अचार पार्ने भाँडो माटो वा काठको राम्रो भनिन्छ । विषाणु प्राणीले टोक्ने-डस्नेमा र मुटुको गति तेज बढ्नेमा अचारले तत्काल उपकार गर्छ । **मात्रा** : हल्का अमिलो ५-१० र पुराना अमीलो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

२१९. **अमरकन्द पहेँलो फुल्ने, पीत मालाकन्द, Collar Kanda, Amar Golden Plant, *Eulophia cullenii***
(Family : Orchidaceae)



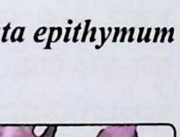
**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५० से.मि. अग्लो, भालाकार २-३ पात मुसलीसमान, २५-५० से.मि. पुष्पदण्ड सुनौलो थुङ्गामा, जरा २-३ से.मि. लामो गोलो केही चुच्चो परेका कन्दहरू एक आपसमा मालाझैँ जोडिएका हुन्छन् । यसकारण यसलाई मालाकन्द भनिएको हो । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो, राम्रोसँग सुकेपछि अति मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, स्त्रीधर्मपालक, गर्भपोषक, आयुर्वर्द्धक, अस्थिपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, नसारोग, कटिवात, रजःवीर्यदोष, गर्भपात, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र कन्दस्वरससुई ३-१० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

२२०. **अमरबेली विशालवृक्षमा हुने, आकाशबेली बेलायती, The Lesser Dodder Plant, *Cuscuta epithymum***
(Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो युरोपका वनमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्षहरूमा सहारा लिन्छ र फैलिन्छ । यो धेरै झ्याङ लाग्छ, बैजनी वा निलो फुल्छ र फल्छ, तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मेदहर, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, प्रमेहहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कलेजोरोग, विभिन्न हेपाटाइटिसहरू, मोटोपन, ज्वर, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, आन्द्राका घाउ-खटिरा, प्रमेह, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

२२१. **अतिविष, बङ्कर, Bonga Karpo (Am), *Aconitum naviculare*** (Family : Ranunculaceae)



**चिनारी** : यो २०००-३५०० मिटरमा वज्रगुरु पाइन्छ । वज्रठिङ्गो ३-५ फिटसम्म अग्लो, पातहरू त्रिशूलाकार छिन्नभिन्न, फूल नीलो, जरामा कन्द २-३ वटा बाहिर कालो बोक्राभित्र सेतो थोरै पहेँलो, फल कोसामा तेलीय बीज हुन्छन् । भदौ-असोजतिर फुल्ने र मंसिर-पुसमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद

टर्रो-तीतो-परपराउँछ-कोक्याउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, धातु-उपधातुशोधक, गर्भपातक, वेदनानाशक, मदकारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, गलग्रन्थिरोगहर रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, वातविकार, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, मधुमेह, कफज्वर, कफग्रस्त दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, हैजा, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, मोटोपन, श्वासनलीशोथ, वायुगोला, यौनरोग, फोक्सोमा पानी भरिने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ सुन्निने, गाँठा-गिर्खा निक्लने, चर्मरोग, कुष्ठ, एचआइभि/एड्स, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ। पञ्चगव्यमा तीनदिन भिजाएर पाँचदिन ३/३ घण्टा दिनहुँ बफाउने र सुकाउँदै जानुपर्छ। **मात्रा :** चूर्ण/लेदो/बीज ३-५ चामल जति, तेल २० र अर्क १० तथा क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी १ मुख, वटी १ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### २२२. अदुवागन्धे घाँस, अग्निघाँस, आर्द्रकगन्धतृण, Ginger Grass, Ginger Smell Green Tea

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पातहरू भुइँबाट माथि गएका लामो, छिटो गाँजिने बढ्ने र वर्षभरिमा ३-५ पटक काट्न मिल्ने, तेलीय बीज हुन्छन्। स्वाद मीठो बास्नादार-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातनाशक, मेदहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, कण्ठशुद्धिकर, अग्निकारक, स्वेदकारक, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, श्वासरोग, कफपित्तवृद्धि, स्नायुशूल, ज्वर, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पिनास, शिरदर्द, चर्मरोग, टन्सिल, गला-घाँटीका रोग, ग्यास्ट्रिक, अपच, अरुचि, गानो, श्वास गन्हाउने, पसिना नआउने, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### २२३. अगिया खुर्सानीपत्ते, माचण, Agiya Herb

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा गहुँ, कागुनो वा काउनो, जौखेतमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात खुर्सानीसमान, फूल ४-५ पँखेटा भएको, गेडाहरू लाग्छन् र तेलीय बीज पाक्छन्। यसको स्वाद तीतो, हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, मूत्रल, यकृतपोषक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, मेदहर, वातहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्श, गिर्खा-गाँठा, घाउ-खटिरा, मधुमेह, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, कलेजोरोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तदोष, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

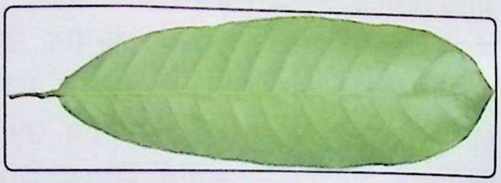
### २२४. अगिया विषालु, अग्निवती, अगैया, Fire Poison Plant, Agiya Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ६-१० फिट अग्लो, पात र डाँठमा जहरिलो रौँ भएको खुर्सानीसमान पात, फूल ३-५ पखेटा भएको, फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वाद तीतो-टर्रो केही परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा, फल र जरा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो उत्तेजक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, विषघ्न, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरघ्न, रक्तशोधक, दर्दहर, अर्शोघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ। यसको शोधनपछि **औषधीय उपयोग :** यसले शैथिल्य, पित्तवृद्धि, कृमी, कलेजोरोग, विषप्रभाव, पत्थरी, ज्वर, अर्श, उदरशूल, मेदरोग, रक्तदोष, गानो, पेट दुख्ने-पोल्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण १ ग्राम, खोटो/भस्म आधा ग्राम, तेल १०, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १ वटा ३-५ पटक।

**२२५. असन पहैंलो, पीतसारअसन, विजयासारपीत, Yellow Pterocarpus Tree, *Pterocarpus* sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष ८०-१३० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, पहैंलो फुल्ने सुगन्धदायक, चेप्टो चक्राकार फलभित्र १-२ कडा तेलीय बीज, पुस-माघमा पाक्छ । यो काठ पानीमा राख्दा पानी पहैंलो हुन्छ । यसको स्वाद तितो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, बोक्रा, फूल, फल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रसायन, यौनरोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, मेदहर, यकृतपुष्टिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, केशरक्षक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, रक्तपित्त, ज्वर, अर्श, मोटोपन, कुष्ठ, रक्तदोष, दुबी, दाद, यौनरोग, मासिकअधर्म, अर्बुद, प्रमेह, आउँ-पखाला, कमल, पत्थरी, अर्श, मधुमेह, कलेजोरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, फूल/फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

**२२६. अजकर्ण पहैंलो फुल्ने, कन्दुरा, सुन्द्रस, पीत दाम्रर, Vellapiney Tree, *Vateria indica*** (Family : Dipterocarpaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात ठूलो लाम्चो-फराकिलो, पहैंलो फुल्ने, फल अण्डाकार फलभित्र बीजहरू तेलीय हुन्छन्, चोप निस्कन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही तितो, बास्नादार र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, फल, फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, शोथघ्न, वेदनानाशक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कफग्रस्त दम-खोकी, अङ्गशोथ, अर्श, चर्मरोग मोटोपन, जलोदर, राजयक्ष्मा, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, तेल १०-२० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा ३० क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**२२७. अमरकन्दी, पुष्पबालिका, सुनाखरी बच्ची, Banana Orchid Girl, Banana Child Orchid, *Eulophia* sp.** (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डामा पाइन्छ । यो बुढचौली वृक्ष वा चट्टानमा उम्रन्छ र वर्षादमा धेरै मिल्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात भालाकार, प्याजी रङको फूल बच्चीले लगाएको टोपीभैँ, जरामा साना गोलाकार कन्द हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल, स्वाद मीठो र चिप्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मिर्गौला/हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, जलननाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मृदुरेचक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग- हेपाटाइटिस, रक्तरोग, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, रक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, ज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, वातरक्त, हृदय र मिर्गौलारोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-१० ग्राम, जरा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२८. असुरो काँडे सेतो लामो फुल्ने, रुस, सूर्यभिरा, कोकिलाक्ष, Long Flowered Barleria, *Barleria longiflora* (Family : Acanthaceae)

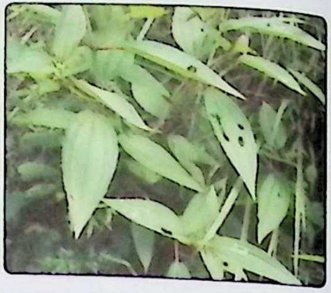
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, काँडादार, पात चेप्टो, फूल सेतो, फल कोसामा बीजहरू तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, क्षयहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले नेत्ररोग-आँखाका समस्या, ज्वर, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, सुक्खा दम-खोकी, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुख-जिब्रोका बिबिरा, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस, गानो, मासिकअधर्म, रक्तार्श, तनाव, मृगी, मानसिकरोग, पित्तविकार, उच्चरक्तचाप, अर्श, सुजाक, पेटमा पानी भरिने, पिसाबको कष्ट, पित्तरोग, अम्लपित्त, फोक्सोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १०-५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, फूल वा पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२९. अगर फुस्रे, सन्चीपात, अगोर, Agar Eagle Wood, *Aquilaria sinensis* (Family : Thymelaeaceae)

**चिनारी :** ओसिलो र न्यानो धरातलीय स्वरूपका २५०० मिटरसम्मको अम्लीय माटोमा यसलाई खेती गरिन्छ । यो सदा हराभरा, ३०-८० फिट अग्लो, फुस्रे काण्ड, पात चेप्टो केही लाम्चो चुच्चो, चैत्र-वैशाखमा फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, असार-साउनमा फल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, कफव्यवस्थापक, पित्तनाशक, वातपुष्टिकर, अर्बुदहर, मेदहर, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, गर्भाशयशिथिल, अर्श, उदरशूल, चर्मरोग, मधुमेह, मोटोपन, श्वास-प्रश्वास रोग, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, जलोदर, मानसिकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३०. अङ्गेरीभाले, अखजी गोहोरे, Vale Angeri, Male Angeri Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-५ फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका चुच्चे चेप्टा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण

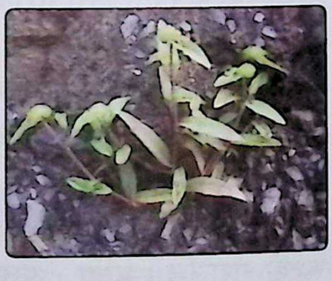


र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मृदुरेचक, रक्तदोषहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, कपाल झर्ने, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, धातुस्राव, मासिकअधर्म, आम-पित्तदोष, प्रदर, प्रमेह, सङ्ग्रहणी, गर्भाशय खस्ने, सुन्निएको, बिग्रेको घाउ, आमवात, छालारोग, फुको खोकी, दम, घाँटीको समस्या-टन्सिल, सुन्निने, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ३-१० मि.लि., फल ५-१० वटा, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात १-३ वटा ३-५ पटक।

### २३१. असकन्द पहाडी, गोरक्षमूल, (Askanda) Gorakhnath Root

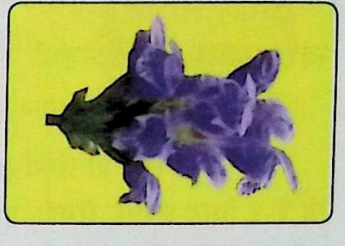
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ५००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो, जरा लामा सेता चिप्लो हल्का गन्हाउने, तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो-हल्का गन्हाउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गलगाँड, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २३२. अम्लीझार दूधे, अमिलो दूध निस्कने निर्दोष बुटी, Dudhe Amli Herb, Milky Sour Plant



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हातमा मिच्दा दूध निक्लने, ३-५ अङ्गुल अग्लो, पात लाम्चो, पहेँलो फुल्ने, सुकेर पूरै रातो देखिन्छ र सुक्ष्म जरा राता, तेलीय मसिना बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद केही अमिलो टर्रो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कुपोषण, स्वादिष्ठ, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, हृदयपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, पुष्टिकर, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, पक्षाघात, ज्वर, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २३३. अजिङ्गरे नीलपुष्पी, टियाङ्कु, टियानकु, Tyanku(Am), Dragons Head, *Dracocephalum tanguticum* (Family : Lamiaceae)

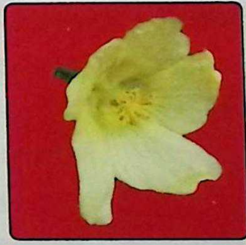


**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल नीलो-अजिङ्गरको टाउकोसमान हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, मेदहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, अर्बुद, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### २३४. अनिकाल बुटी, महालिङ्गेश्वर, Mahalingeswor Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्म पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात योनि आकारको भालाकार चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसले अनिकालको महामारी टार्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग ५०-३०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

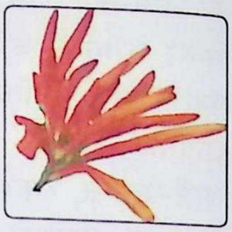
### २३५. अतिबला पहेँलो केशर, बरियारा, कङ्घी, Broomjute Plant, Arrowleaf Sida, *Sida rhombifolia* (Family : Malvaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्म पाइन्छ। यो १-५ फिट अग्लो, पात योनिआकारका भालाकार चुच्चो, फूल पहेँलो, केशर सुनौलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी,

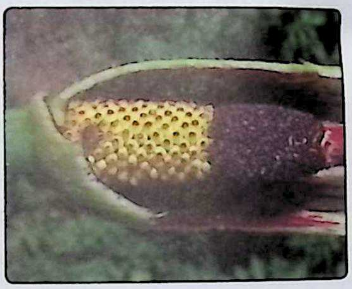
मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रज:वीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २३६. असुरो सुन्तले रङ्गको फूल, मधुअष्ठश्रेष्ठ, **Yaxan Plant, Orange Honeysuckle,** ***Justicia spicigera*** (Family : Acanthaceae)



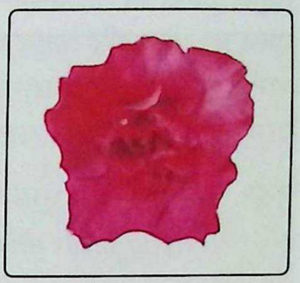
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, रोमश, पात चेप्टो, फूल सुइरोमा लामो सुन्तला रङको, फल कोसाभित्र मसिना तेलीयबीजहरू हुने जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुखको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रकस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २३७. अजिङ्गर मकैकालो, रक्तवनसूरणकन्द, रक्तपारदशोधक, **Black Dragon Lily, Dragon Arum,** ***Dracunculus vulgaris*** (Family : Araceae)



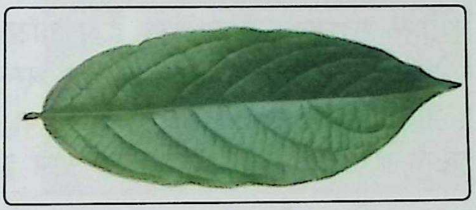
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, काण्ड छिर्केमिर्के कालो र सेतो, पातले घेरिएको फूल फेदमा कलेजी र केशर पहेँलो-हरियो फल घोगामा मकैसमान, छिप्पिएको गानो बाहिर भुत्ला र भित्र रातो रसिलो चोपिलो, रातो आधा एक किलोको वजन विषसमान हुन्छ। यसको कलिलो मुनाको साग-तरकारी खाने चलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव शीतल र स्वाद काँच्चोमा कोक्याउँछ र पकाएपछि मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रज:वीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर, मदकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रज:वीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, कब्जियत, गोटा-गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ। गानालाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा स्नायुतन्तु, आमवात, जोर्नीवाथ, छालाका रोगमा अचुक लाभ दिन्छ। यो गानालाई गौमूत्रमा बफाएर सुकाई निर्दोष अमृतवर्गका औषधिमा दशभाग मिसाएर खाँदा सर्वरोग नाश गर्छ, पक्षाघात र सर्वाङ्ग्वात, एच.आई.भी./एड्स, अर्बुदरोग इत्यादिमा समेत लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक।

### २३८. अञ्जली, एजेलिया, *Azalea Flower, Rhododendron indicum* (Family : Ericaceae)



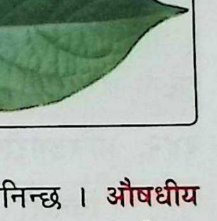
**चिनारी** : यो प्रायः उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसलाई बोनसाई गर्ने चलन पनि छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल, स्वाद पात तितो र पुष्प मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, अर्श, दम, खोकी, मासिकअधर्म, हेपाटाइटिस, उच्चरक्तचाप, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा लाभ गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २३९. अर्जुन रातो, ऐन, रक्तार्जुन, साजड, लालअर्जुन, **Terminaliao Tree,** ***Terminalia glabra*** (Family : Combretaceae)



**चिनारी** : यो विशाल वृक्ष गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो अर्जुनसमान तर काष्ठसार रातो, बोक्राको रङ धेरै रातो, पात चेप्टो केही लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद केही टर्रो चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रगतवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, सङ्कोचक, मेदहर, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत कमी, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, चर्मरोग, प्रमेह, हेपाटाइटिस-कमलपित्त, दम, खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, अम्लपित्त, रक्तक्यान्सर, आमाशयको खराबी, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला, पेट दुख्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, मासिकअधर्म, चिसो, रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, फल धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

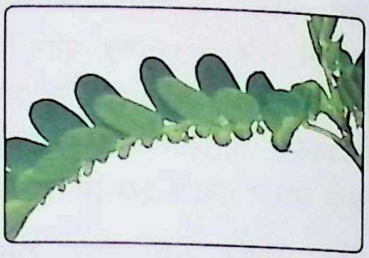
### २४०. अपिलघाँस, इपिल-इपिल १५६, ऊ-शिरिष, **Ipil–Ipil 156, Taxonomic Tree,** ***Leucaena diversifolia*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका, फूल सेतो फुल्ने, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वास्थ्यवर्द्धक, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-

गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, रक्तस्राव, पत्थरी, कुपोषण, रक्ताल्पता, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, रक्तश्राव, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कुपोषण इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, काच्चो फल स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., फल १ वटा, चूर्ण ३-१५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, पातको साग र फल काँच्चो तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४१. अमलीझार, भूम्यामलकी, भुइँअम्लीसेती, Seed Under leaf Plant, Gale Wind Quabra Pedra, *Phyllanthus niruri* (Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५०-८० से.मि. अग्लो, झ्याङ लाग्छ, दुवैतिर गएका संयुक्त पात चेप्टोमा मुनिपट्टी गोलाकार साना फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन् । यसको पात अमिलो भएकाले चटनी-अचार खाने प्रचलन छ । पात चुसेर मुख मिठ्याउने र न्यालरस निकाल्नेहरूले अमृत औषधि भन्दछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार काच्चो पात १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४२. अजिङ्गरीलता, Python Creeper, Ajingari Plant

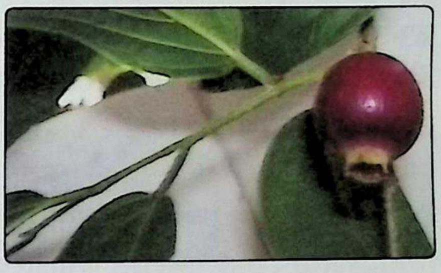
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने हल्का काँणे लहरो हो । यसको बाहिरी बोक्रामा अजिङ्गरसमान चक्का-खपटा हुन्छ । यो ३०-१०० फिट लामो बडेमानको लहरो, पात लाम्चो थोरै र रसयुक्त हुन्छन्, फल कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्, फूल सुनौलो, जरा दुधालु हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो र मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, चर्मरोगहर, बुद्धिवर्द्धक, पारदअग्निर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड टुटेफुटेको, स्मृति ह्रास, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यो दिव्यौषधिले बलवान बनाउँछ, बुद्धि दिन्छ र आयु बढाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४३. अर्गेलो, अर्गेली तीनहाँगे, Argelee Plant, *Edgeworthia gardneri* (Family : Thymeleaceae)

**चिनारी** : यो १६००-३००० मिटरसम्मका समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, झाडी हुन्छ, तीन हाँगाहरू धेरै फैलिन्छन, आयाताकार लामो पात, पहेँलो फूल, झुप्पामा कोसाभित्र मसिना बीज हुन्छन् । यो प्रत्येक आँख्लाबाट ३ हाँगा पलाएर यो बढ्दछ । यसको फूल माघमा फुल्दछ र फल असारमा पाक्छ । कागज, बलियो धागो, डोरी, रुपियाँ, हुलाक टिकट इत्यादि यसैबाट बन्दछ । यसलाई छुँदा च्यापच्याप

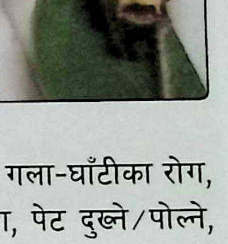
लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो र टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रेचक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, निद्राजनक, मदकारक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, धातुरक्षक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, जोर्नी दुख्ने, स्नायुशूल, छालाका रोग, सुजाक, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, आन्द्रा सुक्खा, गोटा पर्ने, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसबाट बनेको उच्चस्तरीय स्वास्थ्यरक्षक वस्त्रले शरीरमा तापमान व्यवस्थित गर्छ । **मात्रा :** ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० र स्वरस ३० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २४४. अंकोल कालोसानो, अकारकण्टक, कृष्णअंकोलम्, Sage Leaved Alangium, *Alangium salvifolium* (Family : Cornaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो सानो बोट, १५-३० फिट अग्लो, पात ठूलो लाम्चो चुच्चो, सेतो बास्नादार फुल्ने, गोलाकार कालो फलभित्र तेलीय बीज लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, फूल सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक-रक्तविकार, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गेडाको तेल समस्त वातव्याधिमा अति लाभ दिन्छ। यसको जडले दम, अर्शमा फाइदा पुऱ्याउँछ। यसको फूल महसँग खाँदा मूत्रनली सफा गर्छ । यसको बोक्राले सुन्निएको, चर्मरोग, यौनरोग, कान नसुन्नेमा राम्रो गर्छ । यो तन्त्रशास्त्रअनुसार उपयोगी रूख हो । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

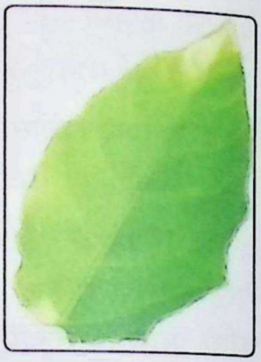
### २४५. अंकोल चेप्टोपाते, अकारकण्टक, अंकोलम्, धेरा, Sage Leaved Alangium, Ba Jiao Feng, *Alangium chinensis* (Family : Cornaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका ३००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पातहरू ठूलो चेप्टो, सेतो फुल्ने केशर पहेंलो, अण्डाकार कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, गर्भनिरोधक, व्रणरोपक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, फूल सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-

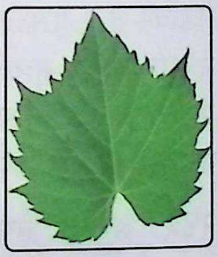
गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक-रक्तविकार, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, अर्बुदहर, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ। तेल समस्त वात-व्याधिमा लाभ दिन्छ। जडले दम, अर्शमा फाइदा पुऱ्याउँछ। यसको फूल महसँग खाँदा मूत्रनली सफा गर्छ। बोक्राले सुन्निएको, चर्मरोग, यौनरोग, कान नसुन्नेमा राम्रो गर्छ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज ३-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४६. अजयफल रातो, जमालगोटा, जयपाल, Red Physicnut Tree, *Baliospermum solanifolium* (Family : Euphorbiaceae)



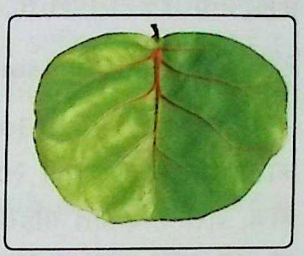
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो सानो झाडी, चेप्टो पात १०-१५ से.मि. लामो र ४-९ से.मि. चौडा, फूल सुनौलो, फल डल्लो, भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो र परपराउने केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो तीव्रविरेचक-कब्जियतमा उपयोगी, पित्तनाशक, मेदहर, पत्थरीनाशक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, विजातीयद्रव्य निष्कासक, आन्द्रा शुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले घोरकब्ज, मोटोपन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्श, गोटा पर्ने, उदरकृमि, कमलपित्त-हेपाटाईटिस, आन्द्राको विकार, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, पित्तज्वर, दम, खोकी, पेट डम्मढुस्स हुने, अर्श, पेट पोल्ने वा दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। धेरै दिन पेट सफा नहुनेले प्रातःकालमा प्रशस्त मनमन तातोपानी १०-१५ लिटर पिउन सक्ने योगाभ्यासीले खाली पेट नै यस्तो शङ्खप्रक्षालन क्रिया गर्नुपर्छ। दिसाद्वारबाट सङ्लो पानी निस्केपछि ठन्डा पानी खाएर पखाला बन्द पार्नुपर्छ। यसको बीज तेलले जोर्नीवाथ, ठन्डीवायु, अङ्गदर्दमा मालिस गर्दा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना १ पटक।

### २४७. अङ्गुर हरियो गोलो सानो, Green Graps Plant, *Vitis* sp. (Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लतालाई थाँक्रा चाहिन्छ र धेरै फैलिन्छ। यसको गोलो गेडा हरियो रङ्को फल प्रशस्त फल्छ। यो २०-५० फिट लामो धेरै फैलिन्छ, चुच्चे छिन्नभिन्न किनारा पात फराकिलो पञ्जाकार, हरियो पहेंलो फूल, फल अण्डाकार विनाबीजको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, पात। स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, कामला-हेपाटाइटिस, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदररोग, धातुरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ फल स्वरससुई ५-१० तथा रस ५०-१०० र १०० मि.लि., काच्चो फूल १०-२० ग्राम, चटनी-अचार/हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### २४८. अङ्गुर समुन्द्री, रेखाकार अङ्गुर, **Sea Graps Plant,** ***Coccoloba uvifera*** (Family : Polygonaceae)

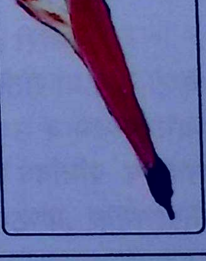


**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुको ५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लतालाई थाँक्रा भएमा धेरै फैलिन्छ । यसको गोलो गेडा हरियो रङको फल प्रशस्त फल्छ । यो २०-१०० फिट लामो धेरै फैलिन्छ, रातो रेखा भएको पात फराकिलो गोलो, बालामा सेतो फूल, फल गोलाकार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, पात । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर,रगतको कमी, अरुचि, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेज हुनेमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, कामला-हेपाटाइटिस, रक्तस्राव, प्रदररोग, धातुरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र रस ५०-१०० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काच्चो फूल १०-२० ग्राम, हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४९. अकबरे जङ्गली खुर्सानीफूल, **Jangali Akabare Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ ।यो १-३ फिट अग्लो, चेप्टो पाते, फूल सेतो, फल अण्डाकार डल्लो हरियो फल्ने पाकेपछि पहेँलो हुँदै रातोभित्र बीज धेरै तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसलाई मिच्दा पोल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण उत्तेजक हुन्छ र स्वाद अति पीरो पोल्छ र परपराउँछ, जरा केही मिठो थोरै टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति उत्तेजक, कफनिस्सारक, फोक्सो बलवर्द्धक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, निद्रामारक, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, विषघ्न, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चर्मरोग, विषप्रभाव, चिसो असरको हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, मधुमेह, कटिवाथ, गृध्रसी, पक्षाघात, जोर्नी दुख्ने, स्नायुशूल, छालाका रोग, सुजाक, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । पिसेर लेपन गर्दा चाँडो ठीक पार्छ । **मात्रा** : १-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क १०, क्वाथ ३० र अर्क २० तथा स्वरससुई २-५ मि.लि., काँढापानी १ मुख खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५०. असुरो सुइरे रातो फुल्ने, अड्डुसा, लालबासिङ्गो, **Asuro–Basica Plant,** ***Justicia californica*** (Family : Acanthaceae)



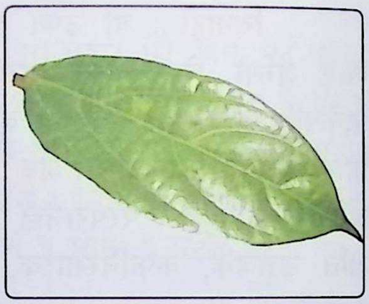
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सुइरोमा रातो फुल्ने । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, क्षयरोग, अर्बुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गलाघाँटीका रोग,

गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क र स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २५१. असर्फी धूप, Asarfi Dhup Plant

**चिनारी :** यो ३०००-४५०० मिटरका जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पातमा मसिना काँडा, भालाकार चुच्चो २०-३० से.मि. लामो, बास्नादार बालामा साउनमा सेतो फुल्ने, फल डल्लोभित्र पहेँलो बीज, जरा २-३ हात गहिरो, बीजहरू लाग्छन र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो, बास्नादार र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, गन्ध र बास्ना छुट्याउन नसक्ने घ्राणशक्ति कमजोर, दम खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुख पाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। प्रदूषित वातावरण र महामारीरोगको सङ्क्रमणकालमा असर्फी धूप बाल्दा धेरै फाइदा दिन्छ। **मात्रा :** धूलो/लेदो १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क १०-१५ ग्राम रस/काँढापानी १ माना, खोटो भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २५२. अम्फी कालो, उइफी, Amphi Black Plant



**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुका १५०० देखि ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात ठूलो लाम्चो आकार चुच्चो, सेतो बास्नादार फुल्ने, गोलाकार कालो फलभित्र तेलीय बीज लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, फूल सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको गेडाको तेल समस्त वातव्याधिमा लाभ दिन्छ। यसको जडले दम, अर्शमा फाइदा पुऱ्याउँछ। यसको फूल महसँग खाँदा मूत्रनली सफा गर्छ। यसको बोक्रा सुन्निएको, चर्मरोग, यौनरोग, कान नसुन्नेमा राम्रो गर्छ। यो तन्त्रशास्त्रानुसार उपयोगी रूख हो। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २५३. अतुनमेतोक, अणुवनस्पति, Atunmetok (Am), Anu Plant, *Aconitum heterophyllum* (Family : Ranunculaceae)

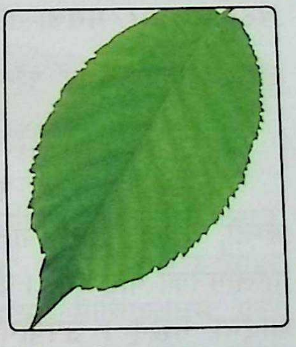
**चिनारी :** यो २०००-५००० हजार मिटरतिर पाइन्छ। यो आधा एक फिट अग्लो, पात चेप्टो, भदौमा रातो फुल्ने, कन्द कालो, फलमा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने र परपराउने केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो उपविष प्रतिविष विषघ्न, शिरोविरेचक, रेचक, मूत्रल, अग्नि-उद्दीपक, पाचक, सङ्ग्राहक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, मदकारक, रक्तरोगहर, श्वास-कफनाशक,

अर्शोघ्न, कृमिघ्न, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मुखको खटिरा, गला-घाँटीको समस्या, अपस्मार, मृगी, रक्तअर्श, एचआईभी/एड्स, आन्द्राको घाउ, अर्बुद, कालो विषमज्वर, सङ्ग्रहणी, अंकुशे जुका, हैजा, आउँ-अतिसार, पेटका घाउ-अल्सर आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीज तेल ५-१० मि.लि., अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा २-३ पटक ।

### २५४. अबिजालो, सानो अभिजालो, नान अग्जालो, Small Avijalo Plant, *Drymaria villosa* (Family : Caryophyllaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा-सर्वत्र भुइँमा यत्रतत्र लतारिएको हुन्छ । यो १०-२० से.मि. लामो भुइँमा लत्रिने, पात रौंदार गोलो, मसिनो रौंजस्तो सेता डाँठ र जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र परपराउने । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, पिनासहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, हर्ष, जलोदर, पित्तरोग, पिनास र शिरदर्द, क्षय, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** थोरै तताएर रस निचोरी नाकमा राख्ने, काँच्चो हरियो ३-५ ग्राम र सुकेको धूलो, रस-नस लिने, बाफ लिने, काँढापानी १ माना पिउने २-३ पटक ।

### २५५. अञ्जनी, गाजलु रूख, अञ्जनवृक्ष, Iron Wood Tree, *Ostrya virginiana* (Family : Betulaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, दन्तुर पात लाम्चो-च्याप्टो चुच्चो, बैजनी फुल्ने, झुप्पामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको काठ कालो हुन्छ । यो आँखामा गाजल लगाउने चलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो र केही टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, आँखाको रोग, सुजाक, प्रदर प्रमेह, मधुमेह, चर्मरोग, गानोगोलो, पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, अर्धकपाली, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, आँखामा लगाउने खोटो-लेपन, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २५६. अम्बरवेद, गुलेअर्वजयादाह, अम्मरीबुटी, Amberved Plant

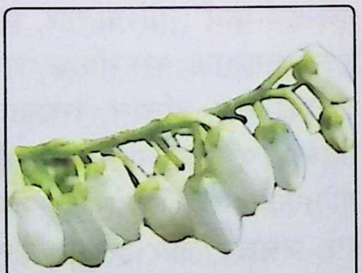
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो झार, सेतो रौंदार पात, फूल पहेंलो बालामा, थुँगामा तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने र तीतो, टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वामक, क्षोभक, प्रतिकारक, विषघ्न, अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, बुद्धिवर्द्धक, पारदअग्निबद्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हाड टुटेफुटेको, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला,

आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **सावधान :** यसलाई आँखामा पार्नु हुँदैन। मात्रा धेरै भयो भने व्यग्रता, वमन, क्षोभक, अत्यन्त सशक्त प्रभाव देखाउँछ। यो एक प्रकारको उपविष हो। यसलाई तेल/घ्यूमा डढाएर मालिस गर्दा सुन्निएको, दुखेको र घाउ ठीक पार्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण आधा एक चामल, रस/काँढापानी १/१ मुख, बीज चूर्ण १-३ रत्ती, तेल २० र क्वाथ ५० तथा अर्क ३० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २५७. अत्तरपाती, हिमाली मसिनु पाती, Artemisia-Small White, Himatterpati

**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको ३५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो पात छिन्नभिन्न लामो बास्नादार, साउनमा सेतो फुल्ने, रौंदार, अति मसिना तेलीय बीज, जरा सेता खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, अपस्मार, मृगी, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, गन्ध र बास्ना छुट्याउन नसक्ने घ्राणशक्ति कमजोर, दम खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, अपच इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** धूलो/लेदो १-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र स्वसरसुई ५-१० तथा क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम चटनी/अचार/मसला वटी १-२ वटा ३-५ पटक।

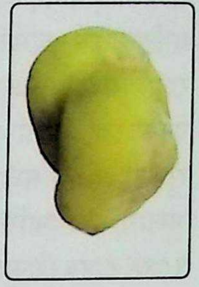
### २५८. अयर, अंगेर पहेँलो-विष अंगेर, आयार पीत, Yellow Bark Lyonia Plant, *Lyonia ovalifolia*
(Family : Ericaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, बोक्रा पहेँलो, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फलभित्र मसिना बीज लाग्ने, पहेँलोपनको बोट हुन्छ। यो पतझर, पालुवामा पूरै राताम्य हुन्छ। यो पशुहरूले खाएमा मर्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद कोक्याउने तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, प्राणघातक, विषकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ।

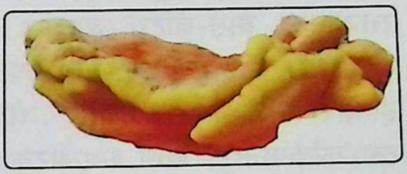
**औषधीय उपयोग :** यसले घोर कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, अङ्कुसे-रिङ्कुसे जुका, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि तत्काल सन्चो गराउँछ। लेप लगाएपछि जलन सहन सक्नेलाई ३-५ दिनमा ठीक पार्छ। तेल/घ्यूमा यसको सर्वाङ्गलाई डढाएर मालिस तेल बनाएर लगाउँदा वातव्याधि, सुन्निएको, आमवात, दर्द, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। अर्कले लेप/स्नान गर्दा छालाका समस्त रोगमा विशेष लाभ मिल्छ। **मात्रा :** चूर्ण १-५ ग्राम, बीज तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास २-३ पटक।

**२५९. अण्डेच्याउ, कुखुरीअण्डेच्याउ, ग्वारुमुगान, Hen Egg Mushroom, Egg Fungus Plant, *Laetiporus sulphureus* (Family : Fomitopsidaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वैशाख-असोजतिर वर्षादमा मिल्छ । कुखुरीअण्डाझैं हुन्छ । यो १०-३० से.मि. अग्लो, सेतो वर्णको हुन्छ । **उपयोगी हुने** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, धातुस्राव, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग, मुटुको प्वालमा अवरोध हुने-हृदयाघात, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**२६०. अण्डे रोटीच्याउ पहेँलो, मुर्गीअण्डेच्याउ, सिडीमुगान, Henegg Yellow Mushroom, Yellow Fungus, *Laetiporus sulphureus* (Family : Fomitopsidaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वैशाख-असोजतिर वर्षादमा मिल्छ । कुखुरीअण्डाको रोटीझैं हुन्छ । यो १०-३० से.मि. अग्लो, पहेँलो वर्णको हुन्छ । **प्रयोग हुने** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो र मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, हृदयाघात, रक्तविकार, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, धातुस्राव, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

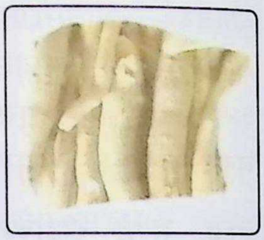
**२६१. अटेर्नु काली, चिप्लेटीघाँस, अट्निया, मासलहरी कालो, *Gonostegia* sp. (Family : Urticaceae)**

**चिनारी** : यो सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट लहरा भुँइमा फैलिन्छ । पात चेप्टो, डाँठ रातो, जरामा कालो वा खैरो गानो, पहेँलो फूल, कोसाभित्र मसिना तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग ।

स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद चिप्लो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रेचक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, निद्राजनक, पौष्टिक, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, जोर्नी दुख्ने, स्नायुशूल, छालाका रोग, सुजाक, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, आन्द्रा सुख्खा, गोटा पर्ने, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको प्रयोग कपाल स्नान र छाला मुलायमका लागि गरिन्छ । **मात्रा :** ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० र स्वरससुई १०-३० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग ३०-१०० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २६२. अकलकरा मीठो, अकरकरा मीठो, बोफ्दिान, Sweet Pellitory, *Tanacetum umbelliferum*

(Family : Asteraceae)



**चिनारी :** यो अति गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। आजकल उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा नेपाललगायत विश्वभरि नै खेती गरिएको छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात चेप्टो-गोलाकार, रौंदार, सेतो फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा ४-१० अङ्गुल लामा पहैंलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, रक्तविकार, घाउ-खटिरा, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, फोक्सोशोथ, शारीरिक कमजोरी, चिसो, रुघा, खोकी, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवात, गृध्रसी, आमवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २६३. अचारे जङ्गम, अम्लो, Sour Leaf Plant, Achare Jangam

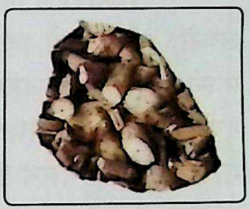
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, साउनमा हरियो फुल्ने, रातो फल चेप्टोभित्र मेथीसमान तेलीय बीजहरू, गोलो-लामो पात, खैरा रङका धेरै जरा हुन्छ । सबै भाग अमिलो भएकाले चटनी-अचार खाने प्रचलन छ । पात चुसेर मुख मिठ्याउने र ऱ्यालरस निकाल्नेहरूले अमृत औषधि मान्दछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १०-२० मि. लि., रस/ काँढापानी १ माना, काच्चो पात ५-१० ग्राम, चटनी-अचार ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २६४. अमृतकरणी, Amritkarani Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने १-३ फिट लामो काँडे लहरो

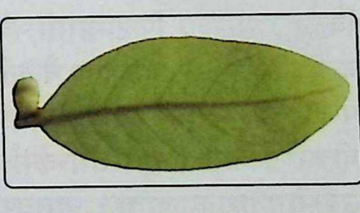
हो । अप्राप्य-दुर्लभसँग भेटिने यो सेतो लहराको पात हुँदैन । मसिनो कमलो डाँठमा काँडा, फल कोसामा भित्र तेलीयबीजहरू हुने, फूल सेतो, जरा दुधालु हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड टुटेफुटेको, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । महसँग खाँदा हप्ताभरमा पुनर्यौवन प्राप्त हुन्छ । अमृतकल्पबासमा १-३ लिटर दूध आवश्यक हुन्छ । दिनभर अरू खानुहुँदैन । ३-६ महिना अमृतकरणी कल्पवास तपस्यामा ध्यान गुफामा रहनुपर्छ । सारा रोगहरू भाग्छन् र नयाँ जीवनप्राप्त हुन्छ । प्राणशक्ति बढाँउछ र जीवनीयतत्वको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीज चूर्ण २-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २६५. अनन्तमूल गुलाबी फुल्ने, क्षीरिणीकपूरी, **Purple Flower Of Sarsaparilla, *Hemidesmus indicus*** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट लामो दूधेलहरो, पात दुवैतिर गएका आयाताकार लामो चुच्चो, गुलाबी फुल्ने, फल कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुने, फूल सेतो, जरा दुधालु हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, रक्तविकार, रक्तरोग, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पक्षाघात, बाँझोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । महसँग खाँदा हप्ताभर हाड टुटेफुटेको, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो बनाई पुनर्यौवन प्राप्त हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, बीज चूर्ण १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २६६. असर्फीफूल, हराया, हरायो, **Litsea Plant, *Litsea japonica*** (Family : Lauraceae)

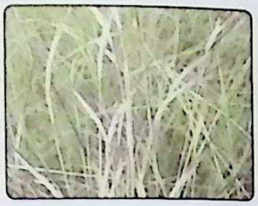


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, हराभरा चिरस्थायी बोट, पात आयाताकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, स्नायुगतशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा,गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक विकार, रगतदोष, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २६७. अदुवाघाँस, आदोघाँस, सोफियाघाँस, यादघाँस, Rusa Grass, Sofiya Plant

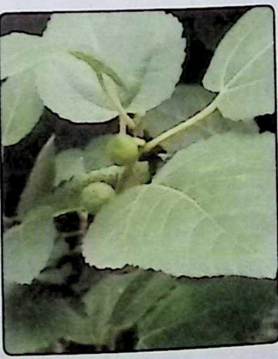
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सोफिया जातको घाँस ५-७ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो २०-३० से.मि. लामो, अदुवागन्ध आउने बास्नादार, बालामा सेतो फुल्ने, तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । यो वर्षमा ३-४ पटक काट्न मिल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, चिसो रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, सोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क ३० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २६८. अरथुङ्गे सेतो सानो, खरघाँस, Small Spear Grass, *Heteropogon contortus* (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, डाँठ रातो, भालाकार पात दुवैतिर गएको लामा, मञ्जरीमा सेतो बालामा फुल्ने, मसिनो बीजहरू, बालामा लाग्ने कुरो, कार्तिकमा पाक्ने कालै हुने, सियोझैँ टुँणो तिखो कपडामा लाग्छ । यसको जरा गुलियो केही टर्रो हुन्छ । कलिलो जरा भोक मेटाउन खाने चलन छ । गोठ, घर छाउन हुने र पशुहरूले खाएमा घ्यू बढी लाग्छ । यसको बीज पिस्दा पिठो निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, पत्थरीहर, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, अस्थिपोषक, रज:वीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, रक्तविकार, घाउ-खटिरा, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, रजवीर्यदोष, फोक्सोशोथ, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, चिसो, रुघा, खोकी, नसावाथ इत्यादि सन्चो गर्छ । यसको घाँस खरका रूपमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : १/१ माना काँढापानी, रस/स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २६९. अम्जीरी, फगवारा, Nepali Fig Plant, *Ficus palmata*

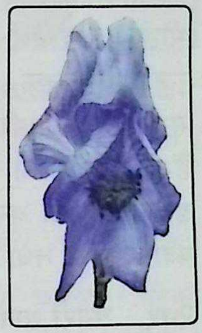


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पैदा हुन्छ । यो सानो बिरुवा, २०-३० फिट अग्लो, चेप्टो-गोलाकार खस्रो फराकिलो पात भएको, किनारा काटिएको, फल पाकेपछि बैजनी रङको हुन्छ । यसको फल मीठो-चिप्लो रसले परि पूर्ण हुन्छ। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, सङ्कोचक, अबुर्दहर, उदररोगनाशक, वातहर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हैजा, गर्भाशयशोथ, अर्बुद, दम, खोकी, घाउ-खटिरा, मुखपाक, गलाको रोग, गाँड, गानो, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्राशयको बिमार, अर्श, गानोगोला, पित्तविकार, पत्थरी आदि सन्चो गराउँछ । यसको फलबीज मृदुविरेचक, उदर शान्तिदायक हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २७०. अक्कडो, अग्रवृक्ष, **Stinkwood Plant,** ***Ocotea bullata*** (Family : Moraceae)

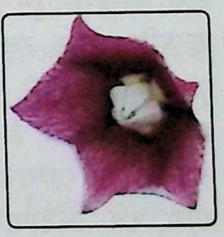
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो पहेँलो, गोलाकार फल पाकेपछि कालो रङका फलभित्र तेलीयबीज र गुदी हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, सङ्कोचक, अबुर्दहर, उदररोगनाशक, वातहर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हैजा, गर्भाशयशोथ, अर्बुद, दम, खोकी, घाउ-खटिरा, मुखपाक, गलाको रोग, गाँड, गानो, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्ररोग, नसारोग, अर्श, गानोगोला, पित्तविकार, पत्थरी आदि सन्चो गराउँछ । यसको फलबीज मृदुविरेचक र पेट शान्तिदायक हुन्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २७१. अतिष दूधे, दुग्धअतिष, दूधेमाउरा, **Blue Cap Plant,** ***Aconitum violaceum*** (Family : Ranunculaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पैदा हुन्छ। यो उच्चहिमालय क्षेत्रमा ३५००-५००० मिटरतिर पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात छिन्नभिन्न मुलायम पञ्जाकार, फूल नीलो टोपी आकारको, फलभित्र तेलीय बीजहरू लाग्छन र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण उत्तेजक र स्वाद कोक्याउने परपराउने र तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो उत्तेजक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, प्राणघातक, विषकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले घोर कफवृद्धि, अङ्कुसे-रिङ्कुसे जुका, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, अनिद्रा, उन्माद, एचआईभी/एड्स, गानो, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सुन्निएको, यौनरोग, दुख्ने इत्यादिमा तत्काल सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चूर्ण १-३ चामल गेडा जति, बीज ३-५ ग्राम, अर्क ५ र क्वाथ १० मि.लि., काँढापानी १ मुख १-२ पटक ।

### २७२. अर्नासिङे लहरो, **Wild Buffelo Horn Creeper,** ***Oxystelma esculentum*** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पैदा हुन्छ । यो अर्नासिङझैं दूधे ३-१० फिट लामो लहरो, जेठ-असारतिर कलेजी वा गुलाबी सेता रङको केशर, पात आयाताकार चुच्चो, जोडीमा बेलनाकार चुच्चो फलभित्र भुवा र मिहिन बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिनाशक, कफनिस्सारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आमवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, दम, खोकी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, उदरशूल, अर्श, हाडको रोग, यौनक्षमताह्रास, कटिवात, सुन्निएको, रजःवीर्यदोष, ढाडकम्मर दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २७३. अर्फु पहेँलो फुल्ने, खरिबेल पीत, अयारो सुनौलो, **Arphu Yellow Plant,** ***Acacia*** **sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने काँणे लहरो

हो । यसको पात संयुक्त दुबैतिर गएका मसिना, डाँठमा काँडा, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो, फल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले वातअर्बुद, हाडको रोग, कुपोषण, अङ्गदर्द, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

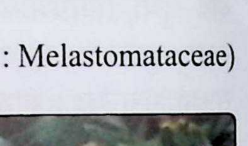
**२७४. अर्फु विशाललता, बडीखरिबेल, अयारो बडेमान, Arphu Biggest Vine, *Acacia* sp. (Family : Fabaceae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने काँणे विशाल लहरो २००-५०० फिट लामो फैलिन्छ । यसको पात संयुक्त दुबैतिर गएका मसिना, डाँठमा काँडा, फल कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो, फल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२७५. अँगेरी सानो पाते, नानपाते, गोहोरे फूल, Gohore Plant, *Melastoma* sp. (Family : Melastomataceae)**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो, असोजतिर सेतो-रातो फुल्ने, मंसिरमा फलभित्र धूलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सङ्ग्राहक, अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, पित्तदोष, गर्भाशय खस्ने, पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, मुखको घाउ, आन्द्राको क्यान्सर, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

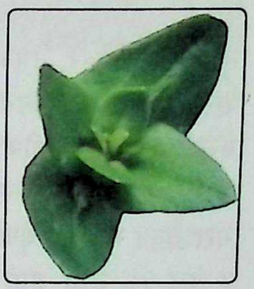
**२७६. अङ्गेर रातो, रक्तअङ्गेर, विषआयार, Poison Anger Plant, *Enkianthus deflexus* (Family : Ericaceae)**



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, रातो फुल्ने, फलभित्र मसिना बीज लाग्ने, रातोपनको बोट हुन्छ । यो पतझर, पालुवामा पूरै राताम्य हुन्छ । यो पशुहरूले खाएमा मर्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद कोक्याउने तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, प्राणघातक, विषकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शाोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :**

यसले घोर कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, जुका, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ र पक्षाघात, सुन्निएको र दुख्ने इत्यादि तत्काल सन्चो गराउँछ। लेप लगाएपछि जलन सहन सक्नेलाई ३-५ दिनमा ठीक पार्छ। तोल/घ्यूमा यसको सर्वाङ्गलाई डढाएर मालिस तेल बनाउँदा वातव्याधि, दर्द, चर्मरोगमा लाभ दिन्छ। **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज तेल २० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि. काँढापानी १ गिलास २-३ पटक।

### २७७. अमोरा झुसे, अरमले सेतो रौंदार, Hairy Chick Weed, Red Pimpernel Plant, *Anagallis arvensis* (Family : Lamiaceae )

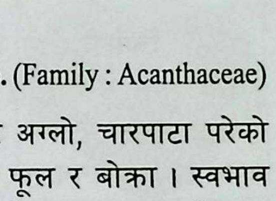


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो दुवैतिर गएका, सेतो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र मसिना तेलीय गेडा वर्षादमा फल्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो आक्षेपहर, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, विषघ्न, पत्थरीहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मृर्गी, छारे, अपस्पार, दिमागी गर्मी, छालाका समस्त रोग, सन्धिवात, अङ्गशोथ, कटिवाथ, गृध्रसी, पित्तवृद्धि, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उदरशूल, अर्श, पेट पोल्ने, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। सर्पविषमा हरेक ३/३ घण्टामा स्वरस १०-२० ग्राम ख्वाउँदा जलन कम भई ३ दिनमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### २७८. असुरो कालो, कालाबासक, श्यामाअडुसा, बासिङ्गो, Black Basak Plant, *Justicia* sp. (Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, चारपाटा परेको काण्ड, पात लाम्चो गाढा हरियो, फूल घोगा लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वास रोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्वुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, क्षयरोग, अर्बुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो गलाघाँटीका रोग गाँड, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन, टाउको दुख्ने, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कलेजोरोग इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पत्रस्वरससुई ३-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २७९. अभिजालो ठूलो, अबिजालो, अग्जालो, Big Drymaria, Cordata, *Drymaria diandra* (Family : Caryophyllaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा-सर्वत्र भुइँमा यत्रतत्र लतारिएको मिल्छ। यो आधा-तीन फिट लामो भुइँमा लत्रिने, टुप्पो मसिनो, पात गोलो केराउको समान, तेलीय मिहिन बीजहरू, मसिनो रौंजस्तो सेता जरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाभाव उष्ण हुन्छ स्वाद टर्रो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, ज्वर, गर्मीज्वर, पित्तरोग, पिनास, शिरदर्द, हर्ष,

जलोदर, क्षय, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/सुकेको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, नस र बाफ लिने २-३ पटक ।

**२८०. अर्चल सानोपाते, अर्चले, ग्वार्चाल, इमेरका, अमाती, Currant Tree, *Antidesma bunius* (Family : Euphorbiaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइने सानो रूख १५-३० फिट अग्लो हुन्छ । यो सदा हराभरा रहने, अमीलो जातको बिरुवा असोज-कार्तिकमा फुल्छ र चैत-वैशाखमा फल पाक्छ, साना पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्छ, फल गोलाकार, पाकेपछि रातो हुँदै कालोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, नेत्रज्योति वृद्धिदायक, रक्तस्तम्भक, हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, अग्निकारक, पाचक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, हैजा, अर्बुद, रक्तपित्त, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, दिमागी गर्मी, पैत्तिकज्वर, छालारोग, प्रदर, प्रमेह, मन्दाग्नि, उदरशूल, अर्श, पित्तवृद्धि, पत्थरी, नेत्ररोग, मासिकअधर्म, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, काच्चो हरियो पात १०-२० ग्राम, बोक्रा ३-५ ग्राम, लेदो/स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२८१. असुरो सानोपाते, चुहा, छोटीबासक, गोरकटाला, नान बासिङ्गो, Small Basak Plant, *Justicia* sp. (Family : Acanthaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो सानो हरियो, फूल सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वास रोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्वुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, क्षयरोग, अर्वुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो गलाघाँटीका रोग गाँड, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन, टाउको दुख्ने, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कलेजोरोग इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पत्रस्वरससुई ३-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२८२. अभिजालो मसिनी सेतो, सफेदअबिजालो, धौले अग्जालो, White Drymaria, Cordata, *Drymaria diandra* (Family : Caryophyllaceae)**

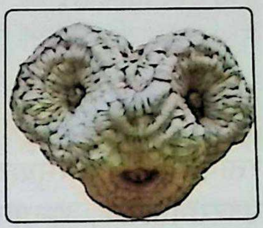
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सेतो वर्णको क्षारीय माटामा हुन्छ । सदा-सर्वत्र भुइँमा यत्रतत्र लतारिएको मिल्छ । यो आधा-तीन फिट लामो भुइँमा लत्रिने, टुप्पा मसिनो, पात गोलो केराउको समान, तेलीय मिहिन बीजहरू, मसिनो रौँजस्तो सेता जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाभाव उष्ण हुन्छ स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, ज्वर, गर्मीज्वर, पित्तरोग, पिनास र

शिरदर्दमा हर्ष, जलोदर, क्षय, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/सुकेको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, नस र बाफ लिने २-३ पटक ।

### २८३. अखौंलो गर्मीको, अखौंले, Arkhoulo Tree, *Lithocarpus pachyphylla* (Family : Fagaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः गर्मी हावापानीका १२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, कडा पात लाम्चो, सेतो फुल्ने, कटुससमान केही ठूलो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । पशुहरूका लागि राम्रै घाँस मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव उष्ण प्रकृतिको हुन्छ र स्वाद पाकेको फल-केही मिठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीको रोग र टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, दम, चिसो गानोगोलो, पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडको रोग, शारीरिकदर्द र सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २८४. अखौंलो लेकको, अखौंले, Hill Arkhoulo Tree, *Lithocarpus pachyphylla* (Family : Fagaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः १२००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, सेतो फुल्ने, फल कटुससमान केही ठूलो भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । पशुहरूका लागि राम्रै घाँस मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र फल । स्वभाव उष्ण प्रकृतिको हुन्छ र स्वाद पाकेको फल-केही मिठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीको रोग र टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, दम, चिसो गानोगोलो, पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडको रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

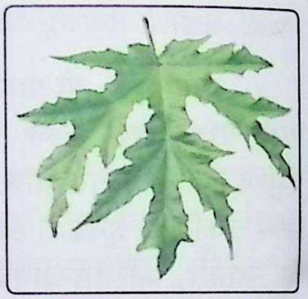
### २८५. अण्डीफूल, Eag Flower Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ मिटर अग्लो, पात बाक्लो जिब्रोसमान, रातो फुल्ने, सेतो दूध आउने, फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृधसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क १०-२० ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २८६. अण्डेफल सेतो फूल, Cow Parsnip Plant, Hogweed, *Heracleum sphondylium* (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, त्रिशूलाकार लाम्चो चुच्चे पात संयुक्त छिन्नभिन्न मुलायम, सेतो वा बैजनी फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू लाग्छन र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बास्नादार टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सन्तानदायक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० र स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी १ माना, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### २८७. अण्डे फराकिलो पातठूलो, जंगलीज्वान, Cow White Parsnip Herb, White Hogweed Plant, *Heracleum mantegazzianum* (Family : Apiaceae)

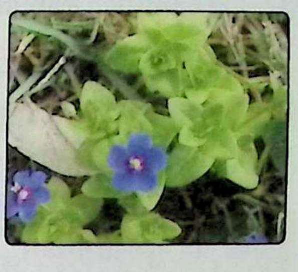


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, त्रिशूलाकार पात फराकिलो ठूलो मुलायम, सेतो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू लाग्छ र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, सन्तानदायक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० र स्वरससुई ३० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २८८. अंखोराबाँस, Amkhora Bamboo Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बाँस अम्खराझैं हुन्छ । यसको गाँठाहरू अति कडा हुन्छन् । अम्खराको भित्र सेतो लेसिलो पदार्थ वंशलोचन वा पानी हुन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अर्बुदहर, कण्ठशोधक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, दम, चिसो गानो-गोला, पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पित्तपत्थरी, मिर्गौलापत्थरी, वीर्यपत्थरी, अधिकपित्त, हैजा, ज्वर, शिरःशूल, पिनास, अर्धकपाली, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बंशलोचन ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २८९. अरमलेझार, कृष्णनील, Red Pimpernel, Red chickweed, *Anagallis arvensis* (Family : Primulaceae)

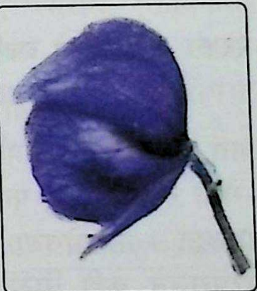


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो आधा फिट अग्लो, पात चेप्टो, कमलो, फूल पहँलो/नीलो/रातो/सुन्तले/सेतो रङ्गको फुल्ने, फल कोसामा तेलीय बीजहरू लाग्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-टर्रो स्वादिलो लाग्छ। अरमले साग कार्तिकदेखि चैत्रसम्म सर्वत्र मिल्छ। यो कलिलो साग निकै मीठो, स्वादिलो, रसिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, आक्षेपहर, विषघ्न, शोथघ्न, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क १०-२० ग्राम, क्वाथ ५० र स्वरस ३० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### २९०. अम्रिसो सेतो, तुफीमाँ, सफेद ओल्स्या, कुसारी, Bamboo Grass, *Thysanolaena maxima* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। १-५ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो खस्रो, फूल सेतो बालामा कुचो बनाउन मिल्ने, बीज मिहिन, जरा सेता हुन्छन्। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भाशय सङ्कोचक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, रोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्षा, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २९१. अतिस नीलो, अतिविषा, Atibisa Nonpoison Root, *Aconitum heterophyllum* (Family : Ranunculaceae)



**चिनारी** : यो ३000-४५०० हजार मिटरतिर पाइन्छ। यो दुर्लभ, २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो दन्तुर, सेतो बाहिर र भित्र नीलो निउरीमुसीझैं फुल्ने, चेप्टो वा लामो १-२ कन्द फुस्रोभित्र सेतो, फलमा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का परपराउने केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो उपविष-प्रतिविष-विषघ्न, शिरोविरेचक, मूत्रल, अग्नि-उद्दीपक, पाचक, सङ्ग्राहक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, रक्तरोगहर, श्वास-कफनाशक, अर्शोघ्न, कृमिघ्न, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विजातीयद्रव्यनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मुखको जीर्ण खटिरा, गला-घाँटीको समस्या, अपस्मार, मृगी, रक्तअर्श, एचआईभी/एड्स, आन्द्राको घाउ, अर्बुद, कालो विषमज्वर, सङ्ग्रहणी, अंकुशे जुका, हैजा, आउँ-अतिसार, पेटका घाउ-अल्सर आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीज तेल ५-१० मि.लि., अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा २-३ पटक।

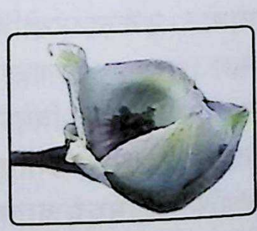
### २९२. अतिस सेतो-निलो, अतिविषा, Atibisa Nonpoison Root, *Aconitum heterophyllum* (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो ३०००-४५०० हजार मिटरतिर पाइन्छ । यो दुर्लभ, २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो दन्तुर, सेतो बाहिर र भित्र निलो निउरीमुन्टी नफैं फुल्ने, चेप्टो वा लामो १-२ कन्द फुस्रोभित्र सेतो, फलमा तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का परपराउने केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उपविष-प्रतिविष-विषघ्न, शिरोविरेचक, मूत्रल, अग्निद्वीपक, पाचक, सङ्ग्राहक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, रक्तरोगहर, श्वास-कफनाशक, अर्शोघ्न, कृमिघ्न, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विजातीयद्रव्यहारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, गला-घाँटीको समस्या, अपस्मार, मृगी, रक्तअर्श, एचआईभी/एड्स, आन्द्राको घाउ, अर्बुद, कालो विषमज्वर, सङ्ग्रहणी, अंकुशे जुका, हैजा, आउँ-अतिसार, पेटका घाउ-अल्सर आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीज तेल ५-१० मि.लि., अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा २-३ पटक ।

### २९३. अतिस नीलो वा कालो, श्यामअतिविषा, Atibisa Blue or Black Nonpoison Root, *Aconitum heterophyllum* (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो ३०००-४५००० हजार मिटरतिर पाइन्छ । यो दुर्लभ, २-३ फिट अग्लो, संयुक्त पात सुइरे त्रिशूले, न्याउरीमुसीझैं फुल्ने, १-२ कन्द चेप्टो वा लाम्चो कालो, फलमा तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का परपराउने केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उपविष-प्रतिविष-विषघ्न, शिरोविरेचक, मूत्रल, अग्नि-उद्दीपक, पाचक, सङ्ग्राहक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, रक्तरोगहर, श्वास-कफनाशक, अर्शोघ्न, कृमिघ्न, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, चर्मरोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुष्ठ, मुखको खटिरा, गला-घाँटीको समस्या, अपस्मार, मृगी, रक्तअर्श, एचआईभी/एड्स, आन्द्राको घाउ, अर्बुद, कालो विषमज्वर, सङ्ग्रहणी, अंकुशे जुका, हैजा, आउँ-अतिसार, पेटका घाउ-अल्सर, छालाका रोग आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीज तेल ५-१० मि.लि., अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा २-३ पटक ।

### २९४. अतिस मीठो, वज्रविष, श्वेत-निल अतिविषा, Nepali Atis Plant, *Aconitum gammiei* (Family : Ranunculaceae)



**चिनारी** : यो २०००-५००० हजार मिटरतिर पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात प्राय: पाँचभागमा विभाजित छिन्नभिन्न पञ्जाकार, एकमात्र काण्ड, पुष्प निलो -सेतो र फँणाकार, फलमा तेलीयबीजहरू हुन्छन्, जरामा पुरानो र नयाँ कन्द दुईवटा रहन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने केही मिठो लाग्छ । यसमा शर्करा, स्टार्च, बोसो, पेक्टिस, टेनिकएसिड, एकोनिटिक, एमारफर एल्केलाइट आदि रासायनिकत्व हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्नि-उद्दीपक, पाचक, सङ्ग्राहक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, मदकारक, रक्तरोगहर, श्वास-कफनाशक, अर्शोघ्न, कृमिघ्न, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विजातीयद्रव्य निष्काशक मानिन्छं । **औषधीय उपयोग** : यसले मुखको गला घाँटीको समस्या, रक्तअर्श, एचआईभी/एड्स, आन्द्राको घाउ, अर्बुद, कालो विषमज्वर, सङ्ग्रहणी, अंकुसे जुका,

हैजा, आउँ-अतिसार, पेटका घाउ-अल्सर आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ। यसको धूलोले निर्बलता हटाउँछ र पुरुषार्थ बढाउँछ अर्थात् शक्ति वृद्धि गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, बीज तेल ५-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा २-३ पटक।

### २९५. अम्रिसो पहँलो, तुफीमाँ, पीतओल्स्या, कुसारी, **Yellow Bamboo Grass,** ***Thysanolaena*** **sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। २-५ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो खस्रो, फूल सेतो बालामा कुचो बनाउन मिल्ने, बीज मिहिन, जरा पहँलो हुन्छन्। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भाशय सङ्कोचक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २९६. अतिस निलो-सेतो फुल्ने, अतिविषा, **Atisroot Plant,** ***Aconitum heterophyllum*** (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो २०००-४५०० मिटर उच्चपहाडी पत्थरिलो भू-भागमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, काण्ड गोलो सिधा, विभिन्न आकारमा घेरिएको फेदतिर डाँठ भएको र माथि विनाडाँठका आँख्लाले घेरिएका पत्ता पाँचभागमा बाँडिएको, पुष्प निलो-सेतो, फल १ अङ्गुल लामोभित्र तेलीय बीजहरू, मूलमा २ वटा कन्द भेटिन्छन्। हरेक नयाँ वर्षमा एककन्द निक्लेको देखिन्छ। कन्दको बोक्रा पातलो सेतो खरानी रङमा हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो र परपराउने। **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, कण्ठशोधक, निद्राजनक, बलकारक, वातपुष्टिकर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले स्नायुदुर्बलता, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, थाइराइड, उदरकृमि, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, मूढगर्भ, एचआईभी/एड्स, गानो, आमवात, दर्द, चर्मरोग, रक्तविकार, जोर्नीवाथ, अर्बुद, पक्षाघात, सुन्निएको इत्यादि तत्काल सन्चो गराउँछ। तेल/घ्यूमा यसको सर्वाङ्गलाई डढाएर मालिस तेल बनाउँदा वातव्याधि र सुन्निएको ठीक पार्छ। अर्कले लेप/स्नान गर्दा छालाका समस्त रोगमा विशेष लाभ मिल्छ। **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, बीज तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा २-३ पटक।

### २९७. अमलतासी, भुपफ्र, सेन्ना, स्वर्णपत्री, निलावाक, **Ayurvedic Seena Plant,** ***Cassia angustifolia*** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-७ फीट अग्लो सानो झाडी, पात लाम्चो संयुक्त दुवैतिर गएका चुच्चा फूल सुनौलो, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बीज। स्वभाव उष्ण हुन्छर स्वाद तीतो परपराउने केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, कब्जियतमा उपयोगी,

पित्तनाशक, मेदहर, पत्थरीनाशक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, अशोघ्न, विजातीयद्रव्य निष्कासक, आन्द्रा शुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले घोरकब्ज, मोटोपन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्श, गोटा पर्ने, उदरकृमि, आन्द्राविकार, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, पित्तज्वर, दम, खोकी, पेट डम्म-ढुस्स हुने, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना २-३ पटक।

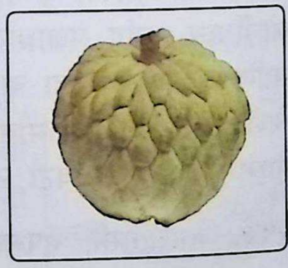
### २९८. अनौकाठ, टेणे रूख, सेल्या, Anou kath Small Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो बोट, सेतो बोक्रा, बाङ्गोटिङ्गो काठ, पात लाम्चो, फूल सेतो, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यो धेरै मजबुत काठमा गनिन्छ। हलो र अनौ बनाउने काठ नेपालको छुट्टै पहिचान हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भाशय सङ्कोचक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द र सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, गानोगोला, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २९९. अतिसझार, Herbal Atis Roots Plant

**चिनारी** : यो २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो अतिसझैँ तर सानो झार आधाफिट अग्लो, दुईवटा गाना, फूल रातो, पात सानो, लुलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो केही परपराउने-टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, अर्बुदहर कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, यौनरोग, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, जोर्नीवाथ, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा १-३ पटक।

### ३००. अरिफा, आँट, सलिफा, Custard Apple Plant, *Annona reticulata* (Family : Fagaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो-पहेँलो, फल थेप्चो डल्लो, फलभित्र सेतो गुदी र काला तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। स्वभाव फलको शीतल अन्यको उष्ण हुन्छ र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो अन्यभाग तीतो र टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तकारक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, कृमिमारक, शोथघ्न, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरकृमि, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता इत्यादिमा अचुक काम गरी सन्चो गराउँछ। छारेरोगको बेहोसीमा पात निचोरी नाकबाट २/२

थोपा राख्दा होश खुल्छ । घाउ खटिरा पाकेको छ भने यसको पात पिसेर लगाउँदा सन्चो हुन्छ । कपालको जुम्रा फ्याँक्नका लागि यसको चूर्ण पानीमा पिसी २-३ दिन शरीरमा मालिस र यसकै लेप थुपार्दा जुम्रा लिखा हराउँछ । **मात्रा** : फल १०-२० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस ३० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ३०१. अलमलेझार, च्यापच्यापेझार, भुलक्कड बुटी, Almale Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो एक फिट अग्लो, चेप्टो पात, पहेँलो सेतो फूल, झुप्पामा कोसाभित्र मसिना बीज विषालु तोरी गेडाझैँ हुन्छन् । यसलाई छुँदा च्यापच्याप लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण उत्तेजक हुन्छ र स्वाद मीठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, निद्राजनक, मदकारक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, जोर्नी दुख्ने, स्नायुशूल, छालाका रोग, सुजाक, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो छुनासाथ केही नसा दिन्छ र मानिस अलमलमा आसपास घुमिरहन्छ । कुनै काँडा भएको झारबुटीले कोतर्ने बित्तिकै होस खुल्दछ । घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । पिसेर लेपन गर्दा चाँडो ठीक पार्छ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, स्वरस ३० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ३०२. अदुवागन्धे कागती घाँस, Ginzer–Tested Lemon Grass

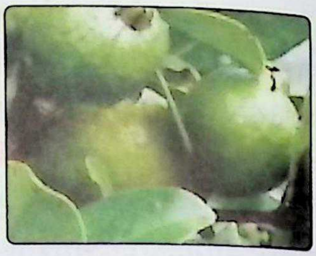
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार, अदुवागन्ध आउने बास्नादार बालामा सेतो फुल्ने, तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, अङ्ग दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३०३. अमलाकाठे, काष्ठधातृफल, पामा, जुम, सरपात, Garuga Plant, *Garuga pinnata* (Family : Burseraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका लामा चुच्चो परेको, फूल सेतो-हरियो-पहेँलो पाँच पत्रे, गोलाकार मांसल फलभित्र बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो, अन्यभाग टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले रक्तपित्त र रगतको विकारलाई हटाउँछ, दिमाग ठन्डा बनाउँछ, चर्मरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ, पाचनशक्ति मजबुत पार्छ ।

यसमा भिटामिन 'सी' हुन्छ । औडाहा-चञ्चलता, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, रक्तविकार इत्यादिमा विशेष लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फल स्वरससुई ५-१० मि.लि., फल ५-१० वटा, काच्चो पात ५-१० ग्राम, हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार ३-५ पटक ।

### ३०४. अम्बा पहाडी बेलाउँती, अम्बक, अमरुद, Strawberry Guava Plant, *Psidium cattleianum* (Family : Myrtaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो, फल डल्लो पाकेपछि रातो-कलेजी भित्र सेतो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल । स्वभाव फलको शीतल र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवात, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फल स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ३०५. अम्बा, बेलाउँती, अम्बक, अमरुद, Guava Tree, *Psidium* sp. (Family : Myrtaceae)

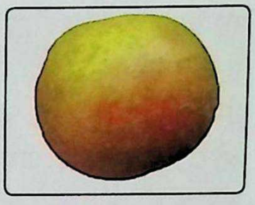
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो, फल डल्लो पाकेपछि रातो-कलेजीभित्र सेतो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल, बोक्रा र पात। स्वभाव फलको शीतल र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो टर्रो केही अमिलो अन्यभाग टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ । यसको बोक्राले गानो, आउँ, पखाला, गर्भाशय खस्ने, दाँत दर्द, सुन्निएको आदिमा लाभ दिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-२ वटा, पात १ वटा, बोक्राधूलो २-५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फल स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ३०६. अम्बा पहेँलो, पीत बेलाउँती, रुनी, वर्णअम्बक, अमरुद, Yellow Guava Plant, *Psidium guajava* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो केशर पहेँलो, फल डल्लो पाकेपछि पहेँलो भित्र सेतो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बोक्रा र पात । स्वभाव फलको शीतल, स्वाद फल मीठो-स्वादिलो टर्रो र अन्यभाग टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ ।

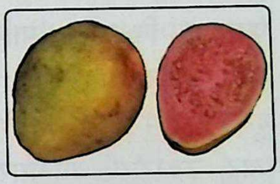
**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पात र बोक्राले वायु-गोला, पाठेघर खस्ने, दम, खोकी, पखाला आदि ठीक पार्छ। **मात्रा** : फल १-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फलस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ३०७. अम्बा, वाम्पी, लालअम्बा, Wampi, Wampee Plant, *Clausena lansium* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, लाम्चो पात आयाताकार, फूल सेतो केशर पहेंलो, फल डल्लो पाकेपछि सुन्तले रङ्गको भित्र सेतो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव फलको शीतल र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, दम, खोकी, कपाल झर्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फलस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ३०८. अम्बा रातो, लालरुनी, रक्तअमरुद, Guava Red Plant, *Psidium guava* (Family : Myrtaceae)

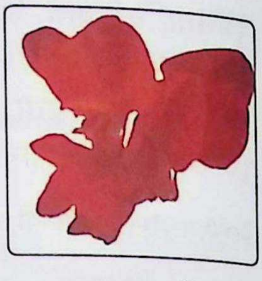


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १५-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो चेप्टो रातो, फूल कलेजी केशर रातो, फल डल्लो पाकेपछि रातो फलभित्र सेतो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव फलको शीतल र अन्यभाग उष्ण, स्वाद फल अमिलो र मीठो-स्वादिलो अरूभाग टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, मेदहर, उदररोगनाशक, कृमिमारक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, दन्तशक्तिवर्द्धक, दन्तरोगनाशक, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको बोक्रा र पातले दम-खोकी, गला-घाँटीका समस्या, टन्सिल, दाँत र कान दुख्ने, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको काच्चो फलले हैजा, आउँ-चुर्ना, आन्द्रा चिप्लो र फैलावट ठीक गर्छ। **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र फलस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ३०९. अगस्ति ठूलो रातो फुल्ने, रक्तअगस्थि, आदिनाथ, Red Flower Sesbania Plant, *Sesbania punicea* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, पात डालीमा दुवैतिर गएका चेप्टो संयुक्त, रातो फुल्ने, फल कोसामा भित्र धेरै तेलीय बीज

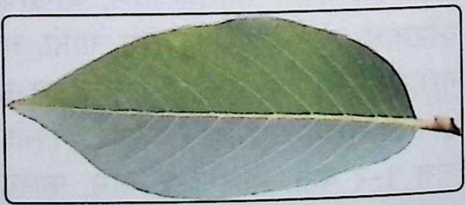
हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो- केही टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, कण्ठशोधक, मेदहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कमजोर आँखा, अम्लपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, हृदयरोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, आउँ-पखाला, कफ-दम, पिनास, गला-घाँटी सुन्निने, अङ्गदर्द, ज्वर, उदररोग, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ। पात काच्चो खाने प्रचलन छ। **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।



### ३१०. अगस्ति गुलाबी फुल्ने, रक्तअगस्थि, आदिनाथ, **Scarlet Pink Flower Sesbania,** ***Sesbania grandiflora*** (Family : Rutaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, पात डालीमा दुवैतिर गएका चेप्टो संयुक्त, गुलाबी फुल्ने, फल कोसाभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो- हल्का टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, कण्ठशोधक, मेदहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कमजोर आँखा, अम्लपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, हृदयरोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, आउँ-पखाला, कफ-दम, पिनास, गला-घाँटी सुन्निने, अङ्गदर्द, ज्वर, उदररोग, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ। पात काँचै खाइन्छ। **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ३११. अङ्गेर विष, आगेर, आयार, **White Lyonia Plant,** ***Lyonia ovalifolia*** (Family : Ericaceae)



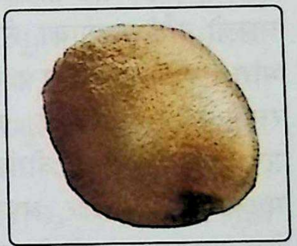
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका उच्चलेकसम्म पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, पात लाम्चो केही चेप्टो, सेतो फुल्ने, फलमा साना बीज हुन्छन्। यो पतझर, पालुवामा रातो पात पशुहरूले खाएमा मर्छन्। यसको स्वाद कोक्याउने-तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण-उत्तेजक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, प्राणघातक, विषकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले घोर कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, अङ्कुसे-रिङ्कुसे जुका, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादिमा तत्काल सन्चो गराउँछ। लेप लगाएपछि जलन सहन सक्नेलाई ३-५ दिनमा ठीक पार्छ। तेल/घ्यूमा यसको सर्वाङ्गलाई

डढाएर मालिस तेल बनाएर ललाउँदा वातव्याधि, सुन्निएको, आमवात, दर्द, यौनरोग, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जराले कुकुर, बाँदर, स्याल इत्यादि बहुलाएर टोकेकोमा सन्चो पार्छ । अर्कले लेप/स्नान गर्दा छालाका समस्त रोगमा विशेष लाभ मिल्छ । क्षारले जलोदर, पत्थरी, कर्णशूलमा अत्यन्त छिटो फाइदा पुऱ्याउँछ, सेतो खरानीले बालीनालीका कीरा हटाउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास २-३ पटक ।

### ३१२. अम्बा कलेजी, बेलाउँती, Strawberry Guava Plant, *Psidium littorale* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो, अण्डाकार/गोलाकार कलेजी रङ्गको फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल, बोक्रा, पात र बीज । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद फल मीठो-केही अमिलो र अन्यभाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । यसको पात र बोक्रा सङकोचक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पाचनशक्ति कमजोर, आँखाको रोग, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० र फलस्वरससुई १०-२० मि.लि., फल १-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

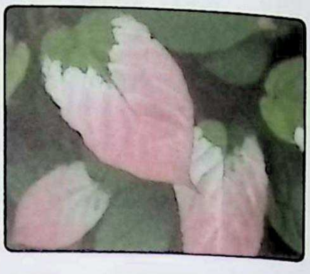
### ३१३. आनन्दफल बृहत्लता, किवीफल, Sweet kiwi Fruit, *Actinidia deliciosa* (Family : Actinidiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लतालाई थाँक्रा आवश्यक पर्छ र थाँक्रा पाउँदा लहरिन्छ । यो १४००-२४०० मिटरमा राम्रो खेती फस्टाउँछ । कम चिसो, तुषारो सहन सक्ने, चिस्यान भूमिमा तापक्रम हिउँदमा ५-१५ डिग्री सेन्टिग्रेड र ग्रीष्म ऋतुमा १३-२५ डिग्री सेन्टिग्रेड, वार्षिक औसत वर्षा १५० से.मि. र सापेक्षिक आर्द्रता ७०-८० प्रतिशत भएको ठाउँमा उत्तम खेती हुन्छ । यो २०-४० फिट लामो फैलिन्छ, पात चेप्टो फल सेतो केशर पहेँलो, धेरै हुन्छ । यो ठूलो लहरो, सेतो फूल केशर पहेँलो नर र मादा, अण्डाकार फलभित्र रसदार गुदी र मसिना बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, बुद्धिवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, अर्बुद, पेटको घाउ, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । किबी १०० ग्राम फलमा पाइने खाद्यतत्त्व पानी ८१ ग्राम, शक्ति ६६ क्यालोरी, प्रोटिन ०.७९ ग्राम, चिल्लो ०.०७ ग्राम, कार्बोहाइड्रेट १७.५ ग्राम, क्याल्सियम १६ मिलिग्राम, फस्फोरस ६४ मिलिग्राम, फलाम ०.५१ मि.ग्रा., म्याग्नेसियम ३० मि.ग्रा. पोटासियम ३३२ मि.ग्रा., सोडियम ५ मि.ग्रा., थायमिन ०.०२ मि.ग्रा., नाप्सिन ०.५

मि.ग्रा., राइबोफ्लेमिन ०.०५ मि.ग्रा., भिटामिन 'ए' १७५ आइयू, भिटामिन 'सी' १०६ मि.ग्रा. हुन्छ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ५-१० र रस ५०-१०० मि. लि., रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काच्चो फूल १०-२० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १ वटा ३-५ पटक ।

### ३१४. आनन्दे लहरो, आनन्दफल, मालेपाते, किवीफल, Kiwi Fruit, Variegated Kiwi, *Actinidia kolomikta* (Family : Actinidiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लतालाई थाँक्रा चाहिन्छ र धेरै फैलिन्छ । यो १०-२० फिट लामो धेरै फैलिन्छ, यो ठूलो लहरो, पात झालेमाले हरियो सेतो टुप्पामा रातो, चेप्टो केही लाम्चो, सेतो फूल केशर पहेँलो नर र मादा, अण्डाकार फलभित्र रसदार गुदी र मसिना बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, अर्बुद, पेटको घाउ, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र रस ५०-१०० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काच्चो फूल १०-२० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १ वटा ३-५ पटक ।

### ३१५. आज्ञाघाँस, Aagyaghans Plant, Obedient Grass

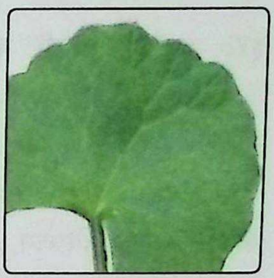
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो लुलोझार, पात सागुँरो लाम्चो दुवैतिर गएका, सेतो फुल्ने, डाँठ रातो फल कोसाभित्र बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, अपस्मार, छारे, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, पेट पोल्ने, अर्श मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ३१६. आँकुरी पहेँलो, पीतक्रान्ता, कुटिलचक्र, Yellow Wild Clover Vetch Plant, *Vicia* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो निलो फुल्ने झार मुलायम १-३ फिट लामो लत्रन्छ वा कतै-कुनै बिरुवाको आड लिन्छ । यसको पात मसिनु भालाकार भेट्नुको दुवैतिर गएका, कोसामा तेलीय गेडाहरू लाग्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बुद्धिवर्द्धक, मस्तिष्कपुष्टिकर, मूत्रल, पित्तहर, रक्तवर्द्धक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, विजातीयद्रव्य-त्रिदोषजविकार निष्कासक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तशोधन गर्छ, पागलपन,

शिरको गर्मी, उच्चतनाव, अधिकपित्तमा फाइदा पुऱ्याउँछ, चर्मरोगमा हित गर्छ, समस्त ज्वर, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, अम्लपित्त, कामला, अर्श, रक्तपित्त, कुपोषण, छारे-मृगी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १/१ माना, ताजा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र अर्क ५० मि.लि. २-३ पटक पानीसँग।

### ३१७. **आँखुकर्णी, आखुपर्णिका, Kidney Leaf Plant,** ***Merremia emarginata*** (Family : Fabaceae)

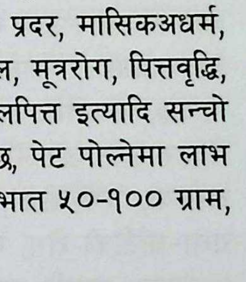


**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, हाँगा फैलिन्छन्, पात फराकिलो चेप्टो, फूल प्याजी वर्णको, बालामा फुल्ने, तेलीयबीजहरू अण्डाकार साना हुन्छन्। यो बास्नादार बुटी हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कटु-कषाय-बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, श्वासरोगहर, पत्थरीहर, नेत्ररोगहारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले शिरशूल, आउँ-पखाला, पेटका जुका, टाउको दुख्ने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, उदर शूल, गला-घाँटीका खटिरा, कफग्रस्त समस्या, रुघा-चिसो, पिनास, गानो, मूत्ररोग, नसारोग, स्वरभङ्ग, टन्सिल, दम, खोकी, जलोदर, कुपोषण, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### ३१८. **आँगाधान, आमाधान, Anga Dhan, Red Mother Rice** ***Oryza*** **sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो धानलाई पहाडी जिल्लाहरूमा गुनिलो अन्न भनिन्छ। यो कम पानी भएको बलौटे माटोमा धेरै फल्छ, साउनमा रोपिन्छ भने असोज-कार्तिकमा पाक्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने, फल कालो धानभित्र रातो चामल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। घाम गडेको निकाल्छ, पित्तनाश गराउँछ, मलमूत्र शुद्ध र हाडको गर्मी निकाल्छ, पेट पोल्नेमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही-चामल/भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक।

### ३१९. **आँप, अम्चुर, आम्र, आम, Mango Tree,** ***Mangifera indica*** (Family : Anacrdiaceae)



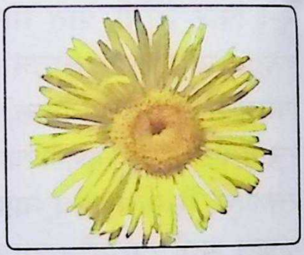
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र पहेँलो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव आँपफल उष्ण र स्वाद फल मीठो र स्वादिलो अन्यभाग तीतो-टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, कृमिमारक, शोथघ्न, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म,

चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरकृमि, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। घाउ खटिरामा पात पिसेर लगाउँदा सन्चो हुन्छ। रूख बोक्राले गर्भाशयको रक्तस्राव र रक्तार्शमा आधा-एक चम्चा धूलो ३-५ ग्राम पिसेर खाँदा लाभ पुऱ्याउँछ। पानी नपर्दा ३-५ दिनको घाम परेको आँप मह बनाएर राखी पछि खान सकिन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण, फलस्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ३२०. आँकरी काली, कडा मासी, झारमास, Hard Ankara Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो वा लामो लहरो, पात चेप्टो, रौँदार कमलो, फूल पहेँलो रङ्गको, फल कालो कोसामा तेलीय बीजहरू लाग्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-टर्रो स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कामोत्तेजक, बलकारक, कफनिस्सारक, विषघ्न, शोथघ्न, स्तम्भक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगहर, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता, विषप्रभाव, दम-खोकी, कामाशक्ति शिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले स्नायुरोगमा ज्ञानतन्तुहरूलाई पुष्ट बनाउँछ र शक्ति प्रदान गर्दछ। भोक र थकान मेटाउँछ, खुब निद्रा दिन्छ, सुन्निएकोमा लाभ गर्छ, मृगी र छारेरोगमा हित पुऱ्याउँछ। **मात्रा :** साग २०-५० ग्राम, ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३० र तेल २०-४० मि.लि., वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### ३२१. आँखेफूल लामो जूंगे, मतो, Metog Lugmig (Am), Mato Plant



**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो झुसे भालाकार, हल्का पहेँलो जुँगाहरू भएको फूल, केशर पहेँलो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, ज्वर, रक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, स्नायुवात, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### ३२२. आरूपाती, Himalayan Bird Cherry, *Prunus cornuta* (Family : Rosaceae)

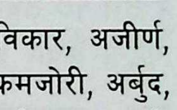
**चिनारी :** यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो केही चेप्टो, फूल सेतो फुल्ने, गोलाकार रातो फलभित्र एक तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल, फल, बीज र बोक्रा। स्वभाव फल र बीज शीतल अन्यभाग उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो फल मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :**

यो रुचिकर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदरकृमि, दाद, दुबी, कुष्ठ, दन्तरोग, रक्तपित्त, रक्तविकार, चर्मरोग, पाचनशक्ति कमजोर, आँखाको रोग, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ। फलभित्रको बीज आँखा पाक्ने, कपाल रौं बिग्रने, हैजामा अति उपयोगी हुन्छ। पात-रसले जुम्रा, लिखा, किर्ना र अन्य विषालु कीराले टोकेकोमा फाइदा पुर्‍याउँछ। पात र बोक्राको खोटो छालारोगमा लगाउँदा ठीक गर्छ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ३-५ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, फल काँच्चोको चटनी-अचार ५-२० ग्राम ३-५ पटक।

**३२३. आरु, आडु, आरुक, Peach, *Prunus persica* (Family : Rosaceae )**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो, फल गोलाकार भुसे, पाकेपछि रातो भित्र कडाभाग र त्यसभित्र पनि एक तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल, बीज र बोक्रा। स्वभाव फल शीतल अन्यभाग उष्ण र स्वाद फल मीठो अन्यभाग तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदरकृमि, दाद, दुबी, कुष्ठ, दन्तरोग, रक्तपित्त, रगतको विकार, चर्मरोग, पाचनशक्ति कमजोर, आँखाको रोग, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। फलभित्रको बीज आँखा पाक्ने, कपाल रौं बिग्रनेमा, हैजामा उपयोगी हुन्छ। पाकेको फलले रक्तस्राव, रक्तचाप, जलन, रक्तपित्त, तनावमा फाइदा गर्छ। बियाँले अमिलो-पिरोको असरलाई हटाउँछ, मुटुलाई शक्ति दिन्छ। पात समस्त कृमिनाशक हुन्छ, पशुहरूको जुम्रा, किर्ना हटाउँछ। यसको पात पिसेर विषादि रस छरेर फलफूल र तरकारीबाली निरोगी पार्न सकिन्छ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ३-५ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, काँच्चो फल चटनी-अचार ५ ग्राम ३-५ पटक।

**३२४. आम्ची सुनगाभा, अम्चीसुनाखरी, The White Otochilus, Xia Ye Er Chun Lan, *Otochilus albus* (Family : Orchidaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो पुराना वृक्षहरूमा उम्रन्छ। यो वनस्पति १०-३० से.मि.लामो, ५-२० से.मि.लाम्चो भालाकार पात, असारतिर कञ्चन सेतो फुल्ने केशर पीत, जरा मसिना हुन्छन्। **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, वातहर, बलकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्धक, रजवीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्धक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक मानिन्छ। **स्वाद** : मीठो। **स्वभाव** : शीतल-शामक। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, वीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग,

जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी, कुपोषण इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

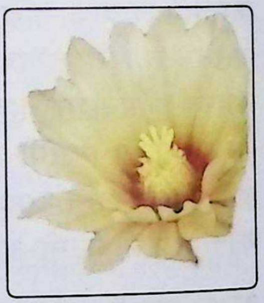
### ३२५. आनन्दीचिनी रक्तकेशरी, बृहत्आनन्दम्, किवीफल, **Yang-Tao, Kiwi Fruit,** ***Actinidia arguta***

(Family : Actinidiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-१०० फिट लामो बृहत् लहरा, पात चेप्टो, फूल सेतो, केशर रातो, बेलनाकार वा अण्डाकार फलभित्र रस गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो जेठतिर फुल्छ र भदौमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदय/मिर्गौलारोग, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, रक्ताल्पता, कुपोषण, शाररीक दुर्बलता इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल १ वटा, चूर्ण ३-१५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, फल काँच्चो चटनी-अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ३२६. आठधारीसिउँडी, सिंहुर, अष्टाङ्गस्नुही, **Eight Folder Lophophora Peyote,** ***Lophophora williamsii***

(Family : Cactaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, सदाबहार, काँडेदार, दूधे, फूल सेतो-पहेँलो, पात लाम्चा बाक्ला आयाताकार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने-तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, अर्बुदहर, मदकारक, रसायन, जीवनदायक, पुनर्यौवनस्थापक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, कृमिमारक, पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर, मदकारक, बलकारक मानिन्छ । यसलाई पञ्चगव्य वा शास्त्रीयविधिले शुद्ध गरी खानुपर्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले असाध्य-सन्निपातज रोग, त्रिदोषजविकार, खतरा सर्पदंश, दाग, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, मुखपाक, पेट पोल्ने, रक्तविकार, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, पक्षाघात, सर्वाङ्ग्वात, एचआईभी/एड्स, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई तेल/घ्यूमा डढाएर मालिस गर्दा वातव्याधिमा सन्चो पार्छ । लेपनमा शुद्ध गर्नुपर्दैन । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३२७. आनन्दीचिनी, बृहत्आनन्दलता, किवीफल, **Yang-Tao, Big Brown Kiwi,** ***Actinidia chinensis*** (Family : Actinidiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १००-१५० फिट लामो बृहत् लता, पात ठूलो चेप्टो वा गोलाकार चुच्चो, फूल सेतो फुल्ने केशर खैरो-पहेँलो, सुनौलो भुसे अण्डाकार फलभित्र रस, गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो जेठतिर फुल्छ र भदौमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मी पित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फल स्वरससुई ५-१० मि.लि., फल १ वटा, चूर्ण ३-१५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३२८. आलु, आलुकम्, **Potato White Plant,** ***Solanum tuberosum*** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो संसारका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो पानी नजम्ने बलौटे-दोमट माटोमा धेरै फल्छ, यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, सेतो फुल्ने, गोलाकार पहेँलो फलभित्र तेलीय बीजहरू, केशर पहेँलो लुलो बोट, जरामा कन्द अण्डाकार/गोलाकार/चेप्टा आलु हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, कन्द, फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रजवीर्यवर्द्धक, मलमूत्र निस्सारक, रक्तपित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने, प्रमेह, प्रदर, गानोगोला, सुकेनाश आन्द्रा, कब्जियत, हर्षा, पत्थरी, पेट पोल्ने, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, घाम गडेको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो २-३ महिनामा तयार हुने आधुनिक आलुले मन्दाग्नि निको बनाइदिन्छ भने नौ महिनामा तयार हुने आलु तेज-अग्निवर्द्धक हुन्छ । रातो माटोको हिमाली हावापानीमा रहेका आलु सर्वरोगनाशक हुन्छ । **मात्रा** : उसिनेको/बफाएको/तरकारी ३०-१०० ग्राम, आलुरस/काँढापानी झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ३२९. आँपझुत्ते धान, **Anp Jhutte Dhan, Mango Rice,** ***Oryza*** **sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धानलाई पहाडी जिल्लाहरूमा गुनिलो अन्न भनिन्छ । यो पानी लाग्ने गैरी अब्बल खेतमा धेरै फल्छ । यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने, बालामा बीज, धानभित्र सेतो चामल हुन्छ, यो आँपको झुत्तोझैं धेरै फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। घाम गडेको निकाल्छ, पित्तनाश गराउँछ, मलमूत्र शुद्ध गर्छ, हाडको गर्मी निकाल्छ, । काँच्चै खाँदा दाँत बलियो, कब्ज खुल्ने र पेट पोल्नेमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही-चामल/भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र नलरस वा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक।

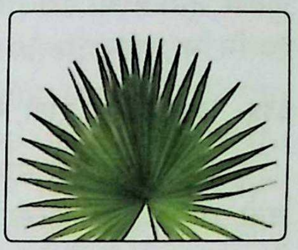
### ३३०. आसवगोल गुलाबी हिमाली, घुँग्रासी, टंकारी, Cape Himalayan Gooseberry, *Physalis peruviana* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १५००-३३०० मिटरमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, गुलाबी रङको घण्टीझैं फुल्ने, फूलहरू छिप्पिएपछि भित्र तेलीय बीजहरू धेरै हुन्छन्। यसको बीज चटनी-अचार र पातको साग खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, कपित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजचूर्ण वा चटनी-अचार ३-१० ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### ३३१. आरू झुसे, अमिलो झुसे आरू, Plum Fruit, *Prunus davidiana* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा टेढोमेढो, पात लाम्चो, रौँदार, फूल सेतो-रातो प्याजी फुल्ने, गोलाकार झुसे फलभित्र एक कडा बोक्रासहितको बीज अझभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो अनि फल मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, रोगहारक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदरकृमि, दाद, दुबी, कुष्ठ, दन्तरोग, अपच, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, रक्तविकार, चर्मरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसले पित्तरोग हटाउँछ र आँखाको रोगमालाभ पुऱ्याउँछ, पाचनशक्ति मजबुत पार्छ। फलमा भिटामिन 'सी' हुन्छ। फोक्सोरोग, आँखा पाक्ने, कपाल रौँ बिग्रने र हैजामा अति उपयोगी हुन्छ। यसको पात-रसले जुम्रा, लिखा, किर्ना र अन्य विषालु कीराले टोकेमा फाइदा पुऱ्याउँछ। पात र बोक्रा खोटो छालाका रोगमा लगाउँदा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फलभित्रको देउली रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, चटनी-अचार ५-२० ग्राम ३-५ पटक।

### ३३२. आरा सानो पाम, Saw Palmetto, *Serenoa serrulata* (Family : Arecaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात ५-७ फिट लामो, २० पत्रक गोलाकार प्वाँख जस्तो, फूल पहेँलो-सेतो, कालो डल्लो फलभित्र पिठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्वुद, घाउ-खटिरा, नेत्ररोग, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, रक्तचाप, मधुमेह, शिथिल फोक्सो, पक्षाघात, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, सुन्निने, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानो र काण्डको स्वरस/चूर्ण/चियाबाट स्वास्थ्यलाभ लिन सकिन्छ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३३. आम्बोली, प्रियदर्शन, Amboli

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो परेको, फूल पहेँलो फुल्ने, तेलीय बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव गर्मी र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने, सुक्ने, क्षयरोग, अर्बुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले बल बढाउँछ, शीघ्रपतन र धातुरोग हटाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १/१ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३४. आल सानो, रञ्जनद्र, मानबिन, Beach Mulberry, Small Noni, *Morinda citrifolia* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो-चेप्टो, फूल सेता फल थेप्चो डल्लो, भित्र सेतो गुदी र काला तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव फलको शीतल अन्य भागको उष्ण हुन्छ र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो र अन्यभाग तीतो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ । यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, कृमिमारक, शोथघ्न, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरकृमि, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । छारेरोगको बेहोसीमा पात निचोरी नाकबाट २/२ थोपा राख्दा होस खुल्छ । घाउ खटिरा पाक्दा पात पिसेर लगाउँदा सन्चो

हुन्छ । कपालको जुम्रा फ्याँक्नका लागि यसको चूर्ण पानीमा पिसी २-३ दिन शरीरमा मालिस र यसकै लेप थुपार्दा जुम्रा लिखा हराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण, अर्क १०-२० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० तथा फलस्वरस ३० मि.लि., फल १०-२० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ३३५. आकाशबेली रातो, लालअमरलती, **Without Root Plant,** *Cuscuta* sp. (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो रातो लहरो अन्य वनस्पतिमा माथि-माथि फैलिन्छ । यो रातो रङ्गको डाँठे लता विनाजरा पातको, सेतो फुल्ने केशर रातो, फल गोलो फल्ने रसदारभित्र खैरा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । कालो कमलपित्तमा ओढ्ने-ओछ्याउने र काँढापानी खाने गर्दा छिटो फाइदा पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३६. आकाशबेली जरा हुने, जडअमरवल्ली, **Salt Marsh Dodder,** *Cuscuta salina* (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धागोझैं अन्य रूखमा जेलिन्छ, पहेँलो लहरो, पहेँलो फुल्छ, अन्य वनस्पतिको सहाराबाट जरा निकाल्छ, यत्रतत्र फैलिन्छ । यो घण्टे सेतो फुल्ने, गोलो फल्ने रसदार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो केही नुनिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, कुष्ठ, रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो ओढ्ने-ओछ्याउने खाने गर्दा छिटो लाभ दिन्छ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/ भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३७. आकाशबेली मसिनी, अमरवल्ली, आकाशतली, बुहबौला, **Giant Dodder,** *Cuscuta reflexa* (Family : Convolvulaceae)

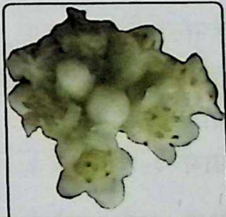
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हरियो-पहेँलो विनापाते र विनाजराको लहरो अन्य वनस्पतिको सहारा लिएर फैलिन्छ । यो घण्टे सेतो फुल्ने, फल गोलो फल्ने रसदार र फलभित्र

तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, मेदहर, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, कालो कुष्ठ र रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ओढ्ने-ओछ्याउने खाने गर्दा छिटो लाभ दिन्छ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/ भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३८. आकाशबेली युरोपी, अमरवल्ली, सरगसेबाल, **Giant Dodder,** ***Cuscuta europaea*** (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हरियो-पहेँलो विनापाते र विनाजराको लहरो अन्य वनस्पतिको सहारा लिएर फैलिन्छ । यो घण्टे सेतो फुल्ने, गोलो फल्ने रसदार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, उदररोगनाशक, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त-हेपाटाइटिस उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, कालो कुष्ठ र रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अजीर्ण, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ओढ्ने-ओछ्याउने खाने गर्दा छिटो लाभ दिन्छ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/ भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३३९. आकाशबेली सुन्तले केशर, नारङ्गीवल्ली, सरगबबुरी, **Orange Color Dodder, Thyme Dodder,** ***Cuscuta*** **sp.** (Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सुन्तले रङको विनापाते र विनाजराको लहरो अन्य वनस्पतिको सहारा लिएर फैलिन्छ । यो घण्टे, सेतो फुल्ने केशर सुन्तले, फल गोलो फलभित्र रसदार गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, कालो कुष्ठ र रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका

रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ओढ्ने-ओछ्याउने खाने गर्दा छिटो लाभ दिन्छ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/ भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४०. आकाशबेली सूक्ष्मपत्ते, स्वर्णवल्ली, Golden Thread Dodder, *Cuscuta pacifica* (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सूक्ष्मपत्रक, विनाजराको पीत रङ्गको लहरो फैलिन्छ । यो घण्टी आकारको सेतो फुल्ने, फल गोलो फल्ने रसदार फलभित्र २-४ तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मेदहर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, पेट दुख्ने, छालारोग, रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स, कुष्ठ, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ओढ्ने-ओछ्याउने, खाने गर्दा छिटो ठीक हुन्छ । **मात्रा** : रस/ काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४१. आकाशबेली रगते, रक्तअमरवल्ली, Blood Color Dodder, *Cuscuta linnaeus* (Family : Convolvulaceae)

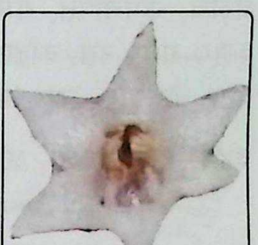
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विनापाते र विनाजराको रगत रङ्गको लहरो फैलिन्छ । यो रातो फुल्ने, गोलो फल्ने रसदार फलभित्र २-४ तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस, कुष्ठ, रक्तअर्बुद, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ओढ्ने-ओछ्याउने र खाने गर्दा छिटो लाभ गर्छ । **मात्रा** : रस काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४२. आकाशबेली कालो, कृष्णअमरवल्ली, Black Dodder Plant, *Cuscuta* sp. (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो कालो लहरो अन्य वनस्पतिको सहारा लिएर झ्याङ्गिन्छ । यो विनाजरा र पात, ध्वाँसे फुल्ने केशर सुनौलौ, फल गोलो, रसदारभित्र ध्वाँसे तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक,

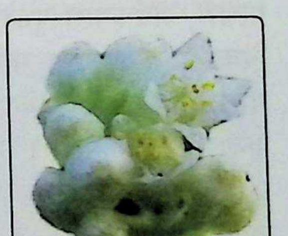
पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, मृगी, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दागिन, अपच, अरुचि, कमलपित्त-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो ओढ्ने-ओछ्याउने खाने गर्दा कुष्ठ र रक्तक्यान्सर, कालो कमलपित्त, विषमज्वर, एचआईभी/एड्स आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४३. आकाशबेली मसिनु कपाल रौँसमान, आकाशतली, कपालीआकाशे, Hairy Dodder Plant, *Cuscuta epithymum* (Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो भुइँका झारमा लत्रिन्छ । यो पहेँलो रङ्गको कपालको रौँझैँ लहरा विनाजरा पात हुन्छ, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, गोलो रसदार फलभित्र खैरा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मेदहर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४४. आकाशबेली अतिमसिनु पहेँलो, पाँचकोणे आकाशे, Yellow Hairy Dodder, *Cuscuta pentagona* (Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो भुइँका झारमा लत्रिन्छ । यो पहेँलो रङ्गको कपालको रौँझैँ लहरा विनाजरा पात हुन्छ, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, गोलो रसदार फलभित्र खैरा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

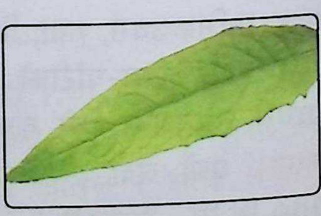
### ३४५. आँपगन्धेझार, आमझाड, Mango Scent Herb

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो आँपसमान, फूल सेतो, छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन र भुवा उड्छ, बोट मर्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, पेट पोल्ने, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदर शूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, पहेँलोरोग, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४६. आँखातरुवा, आँखातरे, टङ्कारी, कोरा, Heynea Tree, Kernel Oil, Henea Trijuga Plant, *Trichilia connariodes* (Family : Meliaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ७००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पात फराकिलो-लाम्चो, सेतो-हरियो फुल्ने,अण्डाकार फलभित्र तेलीय एक बीज, हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, अपस्मार, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, नेत्ररोग, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, रक्तचाप, मधुमेह, पक्षाघात, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । तेल निकाली वातरोगमा मालिस गर्ने र बत्ती बाल्ने, समस्त वातव्याधि रोगमा मालिस गरी तेलबाट लाभ लिने गरिन्छ । यसको पाकेपछि फल पट्पटी फुट्छ । बीज चर्मरोगमा पिसेर लगाउँदा दुबी, दाद, लुतो २-३ हप्तामै सन्चो पार्छ । पात र बोक्रा धूलोले हैजामा लाभ गर्छ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३४७. आँखेफूल, नेत्रपुष्प, Fading Himalayan Aster, Lugmik (Am), *Aster albescens* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो पात लामो चुच्चो, बास्नादार साउन-असोजमा आँखासमान सेतो फुल्ने, केशर पहेँलो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, खैरा जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो टर्रो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर,

कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, कलेजो-फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको बाफ लिँदा सुन्निएको फोक्सो र श्वासनलीमा अति छिटो लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, अत्तर ३-१० थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

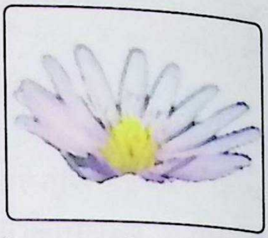
### ३४८. आँखीफूल नीलो सेतो फूल्ने, नेत्रपुष्पी, Weak Violet Aster, Metog Lugmik (Am), *Aster flaccidus* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३२००-५३०० मिटरमा पाइन्छ। यो आधा एक फिट अग्लो, हाँगा छोटो, पात चेप्टो-लाम्चो मुलायम रौंदार, बास्नादार साउन असोजमा आँखासमान सेतो-नीलो फुल्ने, केशर पहेँलो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो र टर्रो बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, नेत्ररोग, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, रक्तचाप, मधुमेह, पक्षाघात, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। बाफ लिँदा सुन्निएको फोक्सो र श्वासनलीमा अति छिटो लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ३४९. आँखीफूल हिमाली, Metok Lug Mig (Am), Nepal Flora Aster, *Aster himalaicus* (Family : Asteraceae)

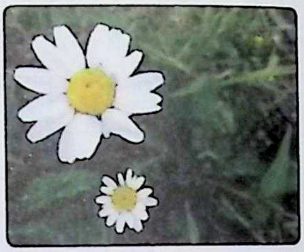
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ४०००-५५०० मिटरमा पाइन्छ। यो एक फिट अग्लो, पात लामो चुच्चो, बास्नादार साउन असोजमा आँखासमान सेतो फुल्ने केशर पहेँलो मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र टर्रो अनि बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, मेदहर, रक्तरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, अपस्मार, रुघा, पिनास, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, बिग्रेको घाउ, कलेजोरोग, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि.,रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ३५०. आँखीफूल अतिसानी, **Ngon Jongkhor (Am),** ***Aster stracheyi*** (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३०००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० से.मि.अग्लो भुइँमा टाँसिने, पात लामो भालाकार, बास्नादार साउन-असोजमा आँखासमान सेतो फुल्ने, केशर पहेँलो-हरियो, मसिना लाम्चा तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र टर्रो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, ज्वर, रक्तचाप, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, तेल १०-२० बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५१. आँखीफूल ठूलोफूल, गोरुआँखेफूल, नेत्रपुष्पी, **Large Flowered Aster, Ox-Eye Daisy,** ***Leucanthemum vulgare (Family : Asteraceae)***



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-४ फिट अग्लो, २-३ फिट भ्याङ्गिन्छ, पात दन्तुर आयाताकार, बास्नादार, साउन-असोजमा आँखासमान सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र टर्रो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५२. आँखीफूल केशर कालो, ठूलो गोरुकालोआँखे, स्वर्णनेत्रपुष्पी, **Golden Ox Eye Daisy, Black Eye Susan,** ***Rudbeckia hirta*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, २-३ फिट भ्याङ्गिन्छ, पात दन्तुर आयाताकार लाम्चो, बास्नादार साउन असोजमा सुनौलो फुल्ने केशर कालो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार-छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग,

रक्तचाप, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, सुन्निने, दर्द, मन्दागिन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि.,खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५३. आँखीफूल ठूलोपाते, गोरुआँखे, नेत्रपुष्पी, Large Leaved Aster, Ox-Eye Daisy, *Aster macrophyllus* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, २-३ फिट भ्याङ्गिन्छ, पात दन्तुर आयाताकार, बास्नादार साउन असोजमा आँखासमान सुनौलो फुल्ने केशर कालो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो, टर्रो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, ज्वर, रक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द, सुन्निने, दर्द, मन्दागिन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५४. आँखे ठूलोगोरुको, स्वर्णनेत्रपुष्पी, Golden Oxeye Daisy, *Rudbeckia bicolor* (Family : Asteraceae)

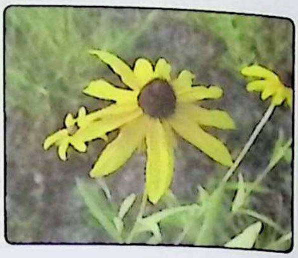
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, २-३ फिट भ्याङ्गिन्छ, पात दन्तुर आयाताकार लाम्चो, बास्नादार साउन-असोजमा सुनौलो फुल्ने केशर खैरो वा कालो, मसिना लाम्चा तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो, टर्रो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, रक्तचाप, मधुमेह, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, सुन्निने, दर्द, मन्दागिन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५५. आँखे फूल, रक्तनेत्रपुष्पी, Red Oxeye Daisy Plant, *Rudbeckia* sp. (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, २-३ फिट भ्याङ्गिन्छ, दुवैतिर गएका संयुक्त पात दन्तुर त्रिशूलाकार लाम्चो, बास्नादार रातो फुल्ने, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो, टर्रो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक,

मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, रक्तचाप, मधुमेह, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ३५६. आँखीफूल उच्चहिमाली, नेत्रपुष्पी, **Him Alpine Aster, Star Daisy, *Aster* sp.** (Family : Asteraceae)



**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात दन्तुर आयाताकार केही चुच्चो, बास्नादार साउन-असोजमा तारासमान सुनौलो फुल्ने केशर कालो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो, टर्रो र बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गलाघाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ३५७. आँटी, आँट, **Annona Jungali**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका ५००-१५०० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ८-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल पहेँलो, फल थेप्चो डल्लो, भित्र सेतो गुदी र काला तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव फलको शीतल अन्य भागको उष्ण हुन्छ र स्वाद फल मीठो र स्वादिलो, अन्यभाग तीतो-टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यसको फल पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, कृमिमारक, शोथघ्न, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, चर्मरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरकृमि, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, आमवात, जोर्नीवाथ, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। छारेरोगको बेहोसीमा पात निचोरी नाकबाट २/२ थोपा राख्दा होश खुल्छ। घाउ-खटिरा पाकेको छ भने यसको पात पिसेर लगाउँदा सन्चो हुन्छ। कपालको जुम्रा फ्याँक्नका लागि यसको चूर्ण पानीमा पिसी २-३ दिन शरीरमा मालिस र यसकै लेप थुपार्दा जुम्रा लिखा हराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस ३० र अर्क १०० मि.लि., फल १०-२० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### ३५८. आकाशबेली पहँलो, आकाशबल्ली, अकाशे, अमरबेली, **Yellow Dodder, *Cuscuta reflexa***
(Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो अन्य वनस्पतिको माथि-माथि फैलिन्छ । यो पहँलो रङ्गको डाँठे लता विनाजरा, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, फल गोलो फल्ने रसदारभित्र खैरा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, रक्तचाप, मोटोपन, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३५९. आँखीपाते, नेत्रपत्रिका, **Himalayan Eye Leaf Herb**

**चिनारी** : यो ४५०० मिटरभन्दा माथि शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ से.मि. भुइँमा टाँसिने, पात चेप्टो, बास्नादार साउन-असोजमा तारासमान सुनौलो फुल्ने केशर पहँलो, मसिना लाम्चो तेलीय बीज, जरा पहँलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो, टर्रो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, वात-पित्तनाशक, पागलपन नियन्त्रक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३६०. आँखीपाया (गुरुङ-मनाङ), **Aakhi Pai, May Eye Plant**

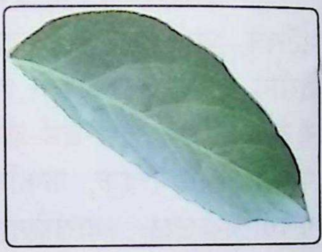
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात गोलाकार, उल्टोतिर सेतो, पहँलो फुल्ने, रौंदार, अति मसिना तेलीय बीज, जरा सुनौलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । औषधीय उपयोग : यसले उच्चरक्तचाप, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग,

मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, आउँ-पखाला, पेटका समस्त कृमि, ज्वर, विषप्रभाव, सुन्निने, दर्द, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३६१. आमा हलेदो गाँडे, गण्डअम्बाहल्दी, Guiter Mango Turmeric Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात उत्तानो लामो-लम्पसार, गुलाबी फुल्ने, जरा सेता गाँठदार आँप बास्नाका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, आउँ-पखाला, ज्वर, विषादि असर, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, पेटका समस्त कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३६२. आरु सेतो केशर पहेँलो, बोन्थेरेजु, कर्माभू, Pear, *Prunus ceylanica* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-८० फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल सेतो केशर पहेँलो, फल थेप्चोभित्र तेलीय बीज एउटामात्र हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अम्लमधुर हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, रोगहारक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, रक्तपित्त, आँखाको रोग, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, गाँठा-गिर्खा, रगतविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फल सुकेको टुक्रा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३६३. आँखे निले नेत्रनिल फल पोलिया, Blueeye Marble Berry, Pollia Berry, *Pollia condensata* (Family : Commelinaceae)

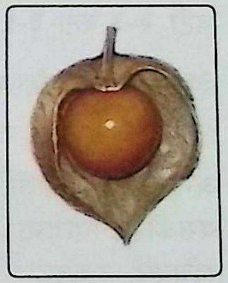
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात मुलायम साँगुरो भालाकार, फूल सेतो, केशर नीलो माथि सुनौलो, फल झुप्पोमा नीलो टल्कने गोलाकार गेडाहरू भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यो फल १०० वर्षसम्म राख्दा पनि ताजाझैं देखिन्छ । यसको चम्किलो रङले चराचुरुङ्गीलाई आकर्षित पार्छ । यसको फलमा नीलो रङ्ग दिने पदार्थ हुँदैन । यसको फलत्वकमा रेसाहरू खाँदिएर घुमाउरो तरिकाले एकआपसमा मिलेका हुन्छन् र खप्टिन्छन् । यसको बनौट मानिसको छनौट र आँखाको चर्तिकला रहस्यमय छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग ।

स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, ज्वर, गर्मीज्वर, पित्तरोग, हर्ष, जलोदर, क्षय, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/सुकेको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, नस र बाफ लिने २-३ पटक।

### ३६४. आँखे सेतो फुल्ने, श्वेतनेत्र बुटी, Yabumyoga Plant, *Pollia japonica* (Family : Commelinaceae)

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, फूल सेतो-केशर पहैंलो, पात लाम्चो आयाताकार र फल गोलाकार पाकेपछि नीलो/कालोभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, ज्वर, गर्मीज्वर, पित्तरोग, पिनास र शिरदर्दमा हर्ष, जलोदर, क्षय, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/सुकेको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, नस र बाफ लिने २-३ पटक।

### ३६५. आबोईवृक्ष, आबुनूस, Ebony Tree, *Diospyros crassiflora* (Family : Ebenaceae)



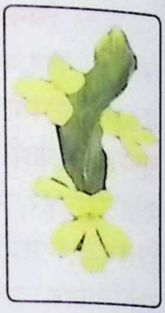
**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ४०-८० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका आयाताकार, फूल सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक, ॠतुधर्मनियामक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर सुन्निएको/खस्किएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, पखाला-आउँ, आन्द्राशूल, रक्तस्राव, आउँमासी, आँखाकोरोग, सङ्ग्रहणी, गानो इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ३६६. आसवगोल पहैंलो फूलमा कालो दागका छिटा भएको, पीतगोलभैंडा वनेलु, Husk Tomato, Cape Gppseberru, *Physalis peruviana* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल पहैंलोमा कालो दाग परेका, फल गोलाकार खोलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ॠतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, पित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र

रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ, खटिरा, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग रक्ताल्पता, आमवात, मन्दाग्नि, कडा गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ३६७. आज्ञा, बिलीकासा, रथी, बदामिका, Asiatic Witchweed, *Striga asiatica* (Family : Orobanchaceae)

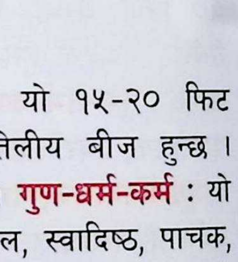


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो, कोसामा फलभित्र खैरा तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । यसले वरिपरि अरूका जरा ल्याएर मार्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, कलेजो/फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, निम्नरक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, उदरशूल इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३६८. आरूपानी, कालोबनेलु, रिकुरेली (खाम), Arupani Kalo

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पातलाम्चो फूल सेतो फुल्ने, फल गोलाकार हरियो पाकेपछि कालोभित्र तेलीय बीज हुन्छ । यसको **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद गुलियो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगति, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, आन्द्रा सुक्ने, रगत बिग्रने, महिनावारी नखुल्ने, धातु बगिरहने, वीर्य पातलो, दम, खोकी, चिसो, जोर्नी दुख्ने इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० फल स्वरससुई २-१० मि.लि., फल १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, चटनी-अचार ३-५ पटक ।

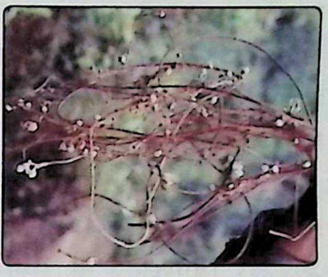
### ३६९. आँखेफूल, मेतोकलुङमिङ (आम्ची), Himalayan Eye Flower, *Aster stracheyi* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुका ३५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-१५से.मि. अग्लो, रोमश, पात चम्चासमान लामो, सुईमुखीझैं फूल सेतो-पहेँलो केशर पहेँलो, तेलीय बीजहरू, जरा लामो गानोमा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक,

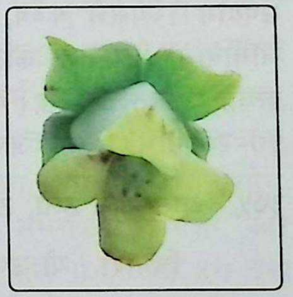
फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फूलस्वरससुई ३-१० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३७०. आकाशबेली फल र बीज, कुशुस, अफ्तीमून, कुस्कुटा, Cuscuta Fruit and Seed, Cuscuta Fruits



**चिनारी** : यो कुनै पनि जातको आकाशबेली फुल्छ-फल्छ र पाक्छ, बीजहरू हुन्छन् । यसको फल अण्डाकार, टुप्पोमा २-३ ठाउँ भञ्ज्याङ परेको, बीजहरू मूलासमान हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । यसको स्वाद तीतो केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रजःप्रवर्तक, मूत्रल, शिरोरोग र रक्तदोषमा लाभदायक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला-समस्त हेपाटाइटिस, मासिकअधर्म, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, प्रमेह, प्रदर, मूत्रकृच्छ्र, ज्वर, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, कलेजोरोग, रक्तपित्त, रक्तरोग, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो २-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३७१. आबुनूस, कालीलकडी, Ebony Tree, *Diospyros ebinaster* (Family : Ebenaceae)



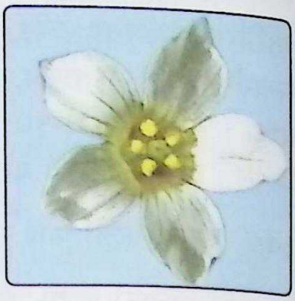
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो तिन्दुकसमान वृक्ष हो । यो विशालवृक्ष, बोक्रा कालनो, फुल हरियोमा सेतो फुल्ने झुप्पामा, फल अङ्गुरसमान रातो-पहेँलो भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । पुरानो रूखको भित्री काष्ठसार कालो साथै बास्नादार हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, सङ्कोचक, पत्थरीहर, चर्मरोगहर, फल रजःवीर्यसुधारक, कण्ठशुद्धिकर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, कफग्रस्त दम-खोकी, रक्तदोष, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, घाउ-खटिरा, पाठेघर खस्ने, सुन्निने, रजःवीर्यदोष, टन्सिल, रतौँधी, अग्निदग्ध, छाला चिलाउने, कुष्ठ, दाद, मोटोपन, अर्श, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ३७२. आकाहुली, तालिफ, Aakahuli Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, रातोपन लिएको हरियो बुटी रातो/पहेँलो फुल्छ, तेलीय बीज हुन्छन् । । यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्शोघ्न, शोथघ्न, कृमिमारक, मेदहर, व्रणरोपक, वातहर, पित्तनाशक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, पेटका कृमि, मोटोपन, अर्श, घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कलेजोरोग, ज्वर, मधुमेह,

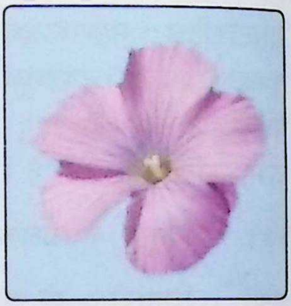
उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, ग्यास्ट्रिक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा २-३ पटक।

### ३७३. आलस विरेचक, आलस धेरै चिप्लो, Purging Flex, *Linum catharticum* (Family : Linaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात अण्डाकार चुच्चो परेको, सेतो फुल्ने र केशर पहेँलो सानो फूल, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-चिप्लो-चिल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज। **गुण-धर्म-कर्म :** यो उदरशुद्धिकर, मूत्रल, वातहर, पीडानाशक, हृदयहितकारी, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, वातपोषक, बलकारक, आयुर्वर्द्धक, चर्म मुलायम र उपकारक, केशरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कब्ज, अर्श, हृदयरोग, हाड-ढाडको रोग, रजःवीर्यदोष, प्रदर, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, कम्पनरोग, आन्द्रा सुक्खाराम, चर्मरोग, छाला कडा हुने, अङ्गशोथ, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** क्वाथ १०० र अर्क/तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण १०-३ ग्राम, भुटेको/उसिनेको १०-२० ग्राम, चटनी/अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ३७४. आलस निलो फुल्ने, नीरआलस, Blue Flex Plant, *Linum* sp. (Family : Linaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात अण्डाकार चुच्चो परेको, निलो फुल्ने, सानो फूल, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-चिप्लो-चिल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज। **गुण-धर्म-कर्म :** यो उदरशुद्धिकर, मूत्रल, वातहर, पीडानाशक, हृदयहितकारी, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, वातपोषक, बलकारक, आयुर्वर्द्धक, चर्मरक्षक र उपकारक, केशरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कब्ज, अर्श, हृदयरोग, हाड-ढाडको रोग, रजःवीर्यदोष, प्रदर, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, कम्पनरोग, आन्द्रा सुक्खाराम, चर्मरोग, छाला कडा हुने, अङ्गशोथ, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** क्वाथ १०० र अर्क/तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण १०-३ ग्राम, भुटेको/उसिनेको १०-२० ग्राम, चटनी/अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

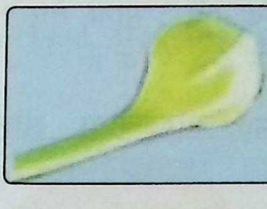
### ३७५. आसमगोल ठूलो, टंकारी, रसभरी, Cape Gooseberry, *Physalis peruviana* (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, पात मांसल चेप्टो वा गोलाकार, फूल हरियो हुने, फूलको भित्र कैयौं-सयौं तेलीय दानाहरू हुन्छन्। यसको स्वाद अमिलो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज र पात। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, अग्निवर्द्धक, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक, मूत्रल, बलकारक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, नेत्रविकार, मधुमेह, रक्तउच्चचाप, कलेजोरोग, आमवात, शोथ, रगतको कमी, रक्तस्राव, अपच, अजीर्ण, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** बीज चूर्ण/बीज चटनी ५-१० ग्राम, बीज वटी २-३ वटा, पातरस/क्वाथ/काँढापानी १ गिलास, क्वाथ १०० र अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

### ३७६. आकाशनिम, नीम चमेली, कावलनिम्ब, Cork Tree, *Millingtonia hortensis* (Family : Bignoniaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। यो ६०-८० फिट अग्लो,

पात चेप्टो, सेतो फुल्ने बास्नादार लामो कोसामा तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यसको पात चुरोट-तमाखुको सट्टामा प्रयोग गर्ने चलन छ। यसको स्वाद तीतो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मेदहर, अर्बुदहर, विषघ्न, कलेजो-फुफ्फुसपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, पेटको रोगमा लाभदायक, रक्तरोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, जलशोषक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, चिसो-रुघा, पिनास, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्बुद, विषप्रभाव, कलेजोरोग, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, सङ्ग्रहणी, जलोदर, अर्श, कृमि, रक्तरोग, रक्तदोष, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, कुष्ठ, दाद, दादुरा, लुत्तो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, काँढापानी १ कचौरा, वटी २-३ वटा, गेडा ३-७ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।



### ३७७. आदिनाथबुटी, शिवायचरण, Shiva Eye Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो जाडो ठाउँमा कममात्रामा मिल्छ। यो १-२ फिट अग्लो वा झ्याङ लाग्छ, दूधे, डाँठमा भुसहरू, आँखासमान पात हुन्छ। यसको स्वाद तीतो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, नेत्रशक्तिदायक, वातहर, मूत्रल, अग्निकारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रतन्धो, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, नेत्ररोग, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, रक्तदोष, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, गानो, उदरशूल, विषप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, ज्वर, रक्तक्यान्सर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ३७८. आँखेझार पत्ते काँडे, पातमा काँडा हुने आँखे, नेत्रबुटी, Eye Herb–Leaf Throns Plant

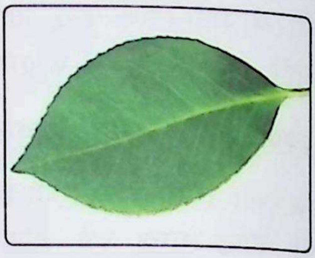
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो गर्मी क्षेत्रमा धेरै हुन्छ। यो १-२ फिट अग्लो वा झ्याङ लाग्छ, डाँठमा आँखा/आँखा परेको, पातमा काँडा लज्जावन्तीसमान हुन्छ। यसको स्वाद तीतो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्रशक्तिदायक, वातहर, मूत्रल, अग्निकारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रतन्धो, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, नेत्ररोग, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, रक्तदोष, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, गानो, उदरशूल, विषप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ३७९. आलस अग्लो, तीसी, रुद्रपत्नी, अतसी, देवी, Flaxseed, Linseed, *Linum usitatissimum* (Family : Linaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-४ फिट अग्लो, मूल डाँठमा हाँगाहरू, साना पात भालाकार ३ शिरायुक्त हुन्छन् । पुष्प श्वेत-निलाभ वर्ण घण्टाकार, प्रत्येक फलकोषमा १० बीज खैरो रङका चेप्टा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, पात, जरा र काण्ड । स्वभाव उष्ण हुन्छ र फलको स्वाद चिप्लो-मीठो अन्य भाग तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, हृदयहितकारी, रेचक, मूत्रल, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, अनुलोमक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अनुलोमक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, क्षयरोग र सुकेनाशमा उपयोगी, पुष्टिकर, शक्तिकारक, क्षयरोगमा उपकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

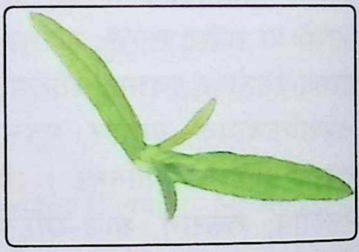
यसले हृदयरोग, कब्जियत, अर्श, जोर्नीवाथ, दम-खोकी, हाड-ढाडको रोग, आगोले पोलेको, दाद, कडा-साह्रो छाला, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रो-गलाका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, क्षयरोग, आन्द्रा सुक्खा र सुकेनाश, शारीरिक कमजोरी, शक्तिक्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज ५-१० ग्राम, पुष्पकल्क ५-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भुटेको बीज ५०-१०० ग्राम, पिना ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ३८०. आरुबखाडा, आलुबखाडा, आलुचा, आल्लुक, अल्लुक, Plum Fruit, *Prunus domestica* (Family : Rosaceae)



**चिनारी :** यो हिमालय क्षेत्रका ठन्डा र समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, चेप्टो पात, फूल गाढा सेतो/हल्का सेतो, पुष्पपत्रक केशर पहेँलो, फल गोलाकार रातो/ कलेजी रङको भित्र बदामसमान तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । यसको स्वभाव शीतल सर्दी हुन्छ र स्वाद फल अमीलो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, उच्चरक्तचापमापक, रक्तदोषहर, रक्तस्राव, हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, हृदयहितकारी, शीतकारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तज्वर निवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले स्मृतिह्रास, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, प्रदर, रक्तदोष, रगतको कमी, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, छालाका रोग, हृदयरोग, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तज्वर, मासिकअधर्म, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल २-५ वटा, बीज ३-५ वटा, बीजतेल १० मि.लि., खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३८१. आधा उल्टेफूल, सेतो उल्टे कुरो, छोटाकल्प, श्वेतअर्धपुष्पी, Trichodesma Plant, Tropical Borage, Plant, *Trichodesma indicum* (Family : Boraginaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, वर्षायु झार, पात साँगुरो लामो, रोमश, रातो डाँठ फूल नीलो-सेतो फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीय काला बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्रशक्तिदायक, स्मरणशक्तिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, वातहर, शोथघ्न, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, रुघा-चिसो, दिमागीरोग, आउँ-पखाला, कुष्ठ, दाद, पेटको जलन, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीजवटी १-३वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

### ३८२. आँप कपूर, आमकर्पूर, Corpoor Smell Mango Tree

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो गाढा हरियो, कलेजी फुल्ने, फलत्वक पातलो कपूरसमान बास्नाको, भित्र रसदार पहेँलो भाग र कोया कडाभागभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्वादिष्ठ, रुचिकारक, मूत्रल, पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, पोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि,

रक्तपित्त, सुक्खा दम-खोकी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग, मुखपाक, पेट पोल्ने, अर्श, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., फल १-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, कोया-भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

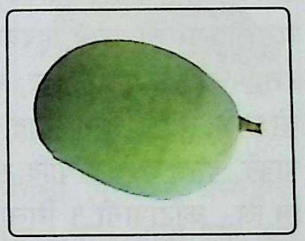
## ३८३. आँपसिन्दुरे, कोसाम्रक, कुसुम आम, सिन्दुरिया आम, Sindure Mango Tree, *Mangifera* sp.

(Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष ८०-१०० फिट अग्लो, पात लाम्चो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पहेँलो फुल्ने-छेउमा बैजनी रङको, फल अण्डाकार पाकेपछि सिन्दुरे वर्णको भित्र कोया र रसदार पहेँलो गुदी हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल, बीजतेल, बोक्रा, फूल, कोया, पात । पाके पछि फल स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ अन्य भागको स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ भने स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको पाकेको फल मधुर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, तृप्तिकारक, बलकारी, स्वादिष्ठ, रसायन, आयुर्वर्द्धक, पोषक, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्रा सुक्खाराम, रगतको कमी, मुख सुक्ने, ग्यास्ट्रिक भइरहने, मूत्ररोग, रजःवीर्यदोष, विस्मृति, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, पित्तवृद्धि, कब्ज, अर्श, मासिकअधर्म, प्रदर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, रस/लेदो ५०-१०० मि.लि., बोक्रा चूर्ण ५-१० ग्राम, कोयाचूर्ण/भस्म १-२ ग्राम, अम्चुर १-२ टुक्रा, चटनी १-३ चम्चा, बीज तेल ५-१० थोपा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

## ३८४. आँप चुच्चे सानो, चुचेरीआँप, चाँचआम, Crow Mouth Mango Tree, *Mangifera* sp.

(Family : Anacardiaceae)



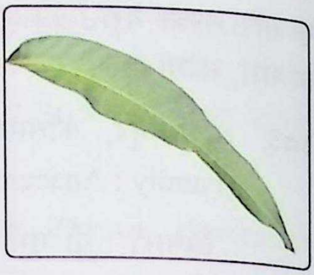
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात आयातकार, लाम्चो टुप्पो तिखो, पात पिसेपछि, मिच्दा सुगन्ध आउँछ, मञ्जरीमा हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल चुच्चो आकारका पाकेपछि पहेँलोभित्र रसिलो पहेँलो, गुदी र कोयाभित्र तेलीय बीजमज्जा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । पाकेको फलको स्वाद मीठो-गुलियो र काच्चोमा धेरै अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । यसको अन्य भाग तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : पाकेको फल स्वादिष्ठ, रुचिकर, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, बलवर्द्धक, रक्तस्रावनिरोधक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, अग्निकारक, मूत्रल, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, अरुचि, रजःवीर्यदोष, रक्तस्राव, दुब्लो पातलो हुँदै जाने, रगतको कमी, विस्मृति, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, शारीरिक कमजोरी, पेट पोल्ने, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दम, खोकी, सुक्खा फोक्सो-मासिकअधर्म, श्वासनली संकुचन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५०-१०० मि.लि., फल १-३ वटा, फलबोक्रा ५-१० ग्राम, कोया चूर्ण/भस्म १-३ ग्राम, बीजतेल ५-१० थोपा, काँचो आँप अचार १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

## ३८५. आँपराजा सानो, राजाम्र, मिश्रीआँप, कालीआँप, कलमीआम, King Mango Plant, *Mangifera* sp.

(Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू भएको, पात आयाताकार, लाम्चो टुप्पो तिखो, पात पिसेपछि, मिच्दा सुगन्ध आउँछ, मञ्जरीमा हरियो-पहेँलो फुल्ने, विभिन्न

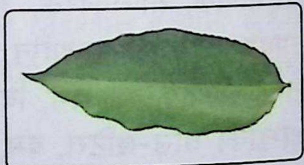
आकारका पाकेपछि पहेँलो फलभित्र रसिलो पहेँलो, गुदी र कोयाभित्र तेलीयबीजमज्जा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । पाकेको फलको स्वाद मीठो-गुलियो र काच्चोमा धेरै अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । यसको अन्यभाग तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** पाकेको फल स्वादिष्ठ, रुचिकर, अग्निकारक, रजःवीर्यसुधारक, बलवर्द्धक, रक्तस्रावनिरोधक, रक्तकारक, विषघ्न, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, मूत्रल, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मन्दाग्नि, अरुचि, रजःवीर्यदोष, रक्तस्राव, दुब्लो पातलो हुँदै जाने, रगतको कमी, विस्मृति, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, शारीरिक कमजोरी, पेट पोल्ने, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दम, खोकी, सुक्खा फोक्सो-मासिकअधर्म, श्वासनली संकुचन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो ५०-१०० मि.लि., फल १-३ वटा, फलबोक्रा ५-१० ग्राम, कोया चूर्ण/भस्म १-३ ग्राम, बीजतेल ५-१० थोपा, काच्चो आँप अचार १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।



### ३८६. आरु गाढा रातो गुलियो, आडु, बसी, आरुक, चीनारुक, मधुरआरुक, **Peach Plant,** ***Prunus africana*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पतझर चेप्टो केही लाम्चो चुच्चे पात, फूल सेतोमा केशर रातो फुल्छ, झुसे हरियो पाकेपछि रातो फलभित्र कडा गेडा बोक्राभित्र बदाम आकारको एक तेलीय बीज हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो हुन्छ, बीज टर्रो र मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदुरेचक, मूत्रल, आन्द्रा शुद्धिकर, हृदय हितकारी, रक्तवर्द्धक, बलकारक, ऋतुधर्म नियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगतको कमी, हृदयरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिक अधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तस्राव, प्रदर, कब्ज, अर्श, कमलपित्त, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल, पात र बोक्राले कुष्ठ, दुबी, दाद, पेटका जुका, जुम्रा-लिखा-चायाँ, मोटोपन, आउँ-पखाला, अतिसार, अर्बुद, कान पाक्ने, दाँत दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

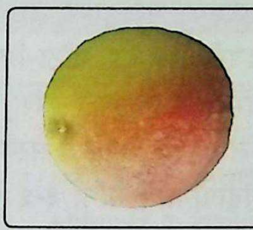
### ३८७. आरु तीतो, तिक्त आरुक, तीताआडु, **Bitter Peach Plant,** ***Prunus* sp.** (Family : Rosaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो पतझर, हाँगाबिँगाहरू धेरै भएको, सेतो फुल्ने, चेप्टो झुसे सेतो वर्णको फलभित्र कडा हाडिलो बीज बोक्रा र भित्र तेलीय टर्रो-मीठो दाना हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद पाकेको फल मीठो हल्का अमिलो हुन्छ । अन्यभाग नमीठो र तीतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो व्रणरोपक, वमनकारक, कृमिमारक, बीजपुष्टिकर, अम्लतानाशक, पित्तनाशक, गानोगोला र उदररोगहर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले घाउ-खटिरा, पेटका कृमि, पित्तवृद्धि, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, मोटोपन, गानो, उदरशूल, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालाका रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज १-३ वटा, फल १-३ वटा, लेदो ५० र तेल १० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., चूर्ण १०-२० ग्राम, खोटो ३-५ ग्राम, चटनी २-५ ग्राम, आसव/अरिष्ट/अर्क २०

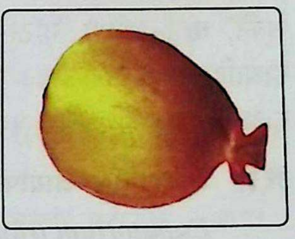
मि.लि. ३-५ पटक । यसको पात, फूल र बोक्राले कुष्ठ, दाद, दुबी, जुम्रा, लिखा-चाया, घाउ-खटिरा, पेटका जुका, आउँ-पखाला, मोटोपन, कर्णशूल, दन्तदर्द, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, दम, खोकी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### ३८८. आरु अमिलो, अम्लीय आरुक, खट्टा आडु, **Sour Peach Plant,** ***Prunus persica*** (Family : Rosaceae)



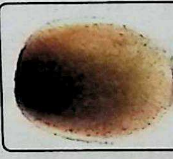
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो पतझर, टेडोमेडो हाँगाहरू, सेतो फुल्ने, चेप्टो भुसे सेतो वर्णको, फलभित्र कडा बीजको खोलभित्र एउटा तेलीय मीठो-टर्रो दाना हुन्छ । फलको स्वभाव शीतल मीठो-अमिलो । पाकेको फलको बीजको स्वभाव उष्ण-स्वाद मीठो-टर्रो । अन्य भागको स्वभाव शीतल-स्वाद तीतो । यसको पाकेको फल मूत्रल, पित्तनाशक, अर्शोघ्न, मृदुरेचक, रुचिकर, तृप्तिदायक, हृदयहितकार मानिन्छ । यसको बीज मधुर, मीठो-बलकारक, अम्लहर, वातनाशक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, अग्निकारक, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : पाकेको फलले रक्तस्राव, अपच, अजीर्ण, हैजा, उच्चरक्तचाप, तनाव, मनोरोग, मन्दाग्नि, मूत्रकष्टता, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज २-५ वटा, फल १-५ वटा, स्वरस/लेदो ५०-१०० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना, अम्लसार १-२ ग्राम, फल स्वरससुई १०-२० मि.लि. चूर्ण १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ३८९. आनन्द फल रातो, रक्तआनन्द फल, **Red Kiwi,** ***Actinidia*** **sp.** (Family : Actinidiaceae)



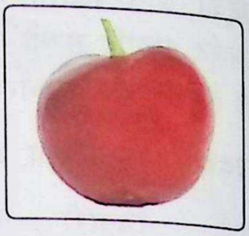
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ठूलो लहरो धेरै हाँगाबिँगाहरू, फूल सेतो र बीचमा पहेँलो, पात लाम्चो फराकिलो, पत्रदण्ड रातो, गोलो राता फलभित्र बीजहरू रातो नै हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, शीतकारक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मुख सुक्ने, रतन्धो, मुख-जिब्रोको बिमिरा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल आधा-एक वटा, स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो १०-२० ग्राम, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ३९०. आनन्दफल खैरो, **Brown kiwi Plant,** ***Actinidia*** **sp.** (Family : Actinidiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाल लता झ्याङ, धेरै हाँगाहरू भएको लाम्चो फराकिलो पात, पुष्पदण्ड र पत्रदण्ड खैरो, लाम्चो खैरो वर्णको फलभित्र हरियो गुदी र काला तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, शीतकारक, व्रणरोपक, रक्तस्राव नियन्त्रक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, स्मृतिदायक, नेत्रशक्तिदायक, ज्वरनिवारक, ऋतुस्राव नियामक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शरीरको कडापन, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तरोग, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, शिरोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : आधा-एक फल, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो/स्वरस १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ३९१. आलुचा, पदम, **Montmorency Cherry,** *Prunus cerasus* (Family : Rosaceae)

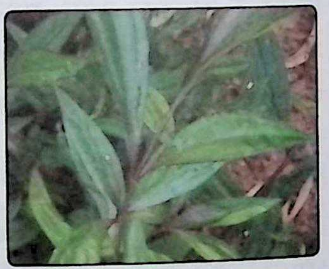


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सबै ठाउँमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात आयाताकार, धेरै हाँगाबिँगाहरू, सेतो फुल्ने, गोलो रसिलो-भरिलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद अमीलो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्राव, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, मूत्रल, मृदुरेचक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, शीतकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, रक्तरोग, हृदयरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, अरुचि, अजीर्ण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, अर्श, कब्ज, ग्यास्ट्रिक, पेट पोल्ने, आँखाको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-१० वटा, फलस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१५ ग्राम, खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ३९२. आलुबखाडा अति अमिलो रातो, आलुची, **Bright Red Sour Cherry, Tart Cherry**

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो जहाँ लगाए पनि फल्छ । यो २०-२५ फिट अग्लो, लाम्चो पात, रातो फुल्ने, हाँगाबिँगाहरू, गोलो फल निक्खरा रातो रसिलो-भरिलो दाना हुन्छ । यसको स्वाद अमीलो अति स्वादिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रगतको कमी, विस्मृति, रक्तस्राव, हैजा, मुख सुक्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, अरुचि, अजीर्ण, ग्यास्ट्रिक, आँखाको रोग, पित्तज्वर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### ३९३. आयापानी, आयापान, विशल्यपर्णी, जलभाँगो, आयापर्ण, **Water Hemp, White Snake Root,** *Eupatorium triplinerve* (Family : Asteraceae)



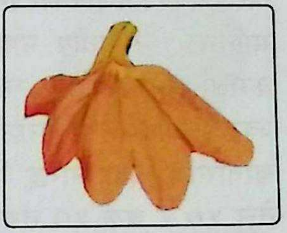
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, वर्षायु, रातो डाँठ भएको, पात आयाताकार टुप्पो चुच्चो, बास्ना आउने, फूल गुलाबी झुप्पामा फुल्ने, फलभित्र मसिना लाम्चा तेलीयबीजहरू, जरा सेतो हुन्छ । यसको स्वाद परपराउने, बास्नादार र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, विरेचक, वमनकारक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, विषघ्न, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, स्वेदकारक, मदकारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, हैजा, अत्यधिक मासिकश्राव, प्रदर, खुनीबबासिर, मलेरियाज्वर, अनिद्रा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, गृध्रसी, दाद, कुष्ठ, दुबी, यौनरोग, कफग्रस्त समस्या-कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, घाउ-खटिरा, अर्श, अङ्गशोथ, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बाफ लिनु राम्रो हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, लेदो लेपन ३-५ पटक ।

### ३९४. आच्छ्यूँझार ठूलो, बृहत्‌छिक्कनी, बडा नकछिक्नी, हचितु, Big Spreading Sneeze Weed Plant

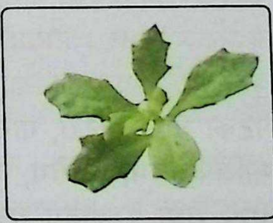
**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो एकफिट अग्लो, पात चेप्टो, साना हाँगाहरू, सेतो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । यसको स्वाद पिरो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पिनासहर, कफनिस्सारक, वातहर, अग्निकारक, विषघ्न, पित्तनाशक, दर्दहर, कृमिमारक, अग्नि-उद्दीपक, पारद मुर्च्छनमा लाभदायक, चर्मरोगहर, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिनास, सर्दी-रुघा-मर्की, कफग्रस्त खोकी-दम, नाक नखुल्ने, शिरदर्द, शीतज्वर, मस्तिष्क विकार, मस्तक शूल, दाद, श्वेतकुष्ठ, कुष्ठ, गाँठा-गिर्खा, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, दुबी, डण्डीफोर, जनैखटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई ताजामा हातमा दलेर नाकमा राख्ने छालारोगमा दिनमा ३-५ पटक लगाउने । **मात्रा** : अत्तर २-५ थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, पात/फल/फूल १-२ वटा, जरा ३-५ ग्राम २-३ पटक ।

### ३९५. आम्बोली, आबोली, Fire Cracker Flower, *Crossandra infundibuliformis* (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, गाढा हरियो चेप्टो/लाम्चो/आयाताकार पात हुन्छन्, यसमा नसाहरूको आठजोड हुन्छ । पुष्प पहेँलो/सुन्तले वर्णको फुल्छ, लाम्चो चुच्चो परेको फलभित्र तेलीयबीज, जरा सेता रङका हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-चरपरे-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, कामोद्दीपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, शोथघ्न, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, प्रदर, मासिकअधर्म, पुरानो दम-खोकी, फोक्सोशोथ, रक्तदोष, ज्वर, अर्श, गानो, कुपोषण, कफवृद्धि, शारीरिक कमजोरी, दुब्लाउँदै जाने, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरस सुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

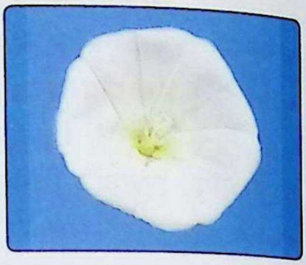
### ३९६. आच्छ्यूँझार, छिक्कनी, नकछिङ्कनी, छिम्केझार, छिम्केझाड, Sneeze Plant, *Centipeda minima* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो भदौ-असोजमा र चैत-वैशाखमा उम्रन्छ-बढ्छ र हराउँछ । यो ३ महिने बुटी नदी-खोला र खेततिर धेरै फैलिन्छ । यो १५-२० से.मि. अग्लो, भुइँमा गुच्छा परी लत्रन्छ, हाँगाहरूमा रौँदार पन्यु आकारको पात मसिनो लाम्चो त्रिशूलाकार, फूल हरियो-सेतो केशर हल्का भदौ-असोजमा फुल्छ, तेलीयबीजहरू हुन्छन् । पातलाई मिचेर नाकमा राखेमा आछ्यूँ आउँछ । यसको स्वाद पिरो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पिनासहर, पारद मुर्च्छनमा उपयोगी, अग्नि-उद्दीपक, वमनकारक, कफहर, मस्तिष्क शुद्धिकर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, विषघ्न, पीडानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिनास, रुघा, खोकी, जोर्नीवाथ, शिरदर्द, मन्दाग्नि, कुष्ठ,

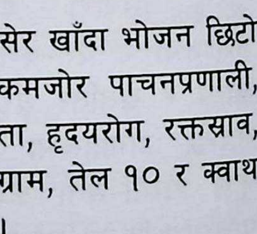
दुबी, दाद, यौनरोग, कम्पवात, कटिवात, विषप्रभाव, मस्तिष्कशूल, कृमि, नाकभित्रको साना फोका-खटिरा, आउँ-पखाला, अङ्गशोथ, पारा विष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर २-५ थोपा, स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., रस/लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ कचौरी २-३ पटक । यसको २-३ थोपा नाकमा राख्ने चलन छ ।

### ३९७. आँकुरा, पुष्पीश्वेत, शङ्खझार, **Prostrate Binweed White Plant, *Evolvulus* sp.** (Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । हिउँदमा पहाडका बेँसी र तराईमा प्रशस्त मिल्छ । यो सानो एक फिटको झ्याङ केही निलो रङ/सप्रेको १-३ फिट लामो लहरा, सेतो फुल्ने केशर पहेँलो झिनो काण्ड हुन्छ । यो प्रायः गहुँबारीमा पुस-माघमा उम्रेर चैत्र-वैशाखमा मसिनो कोसोभित्र नपाक्दा हरियो पाकेपछि धेरै कडा गेडा प्रायः २-३ वटामात्र हुन्छन् । यसको गेडा धेरै वर्षसम्म टिक्ने मानिसको दाँत, बङ्गारो भाँचिन्छ भनी धेरैले खाँदैनन् । भिज्न र पाक्न धेरै बेर लाग्छ, फोहोर-कसेर भन्दै फ्याँक्ने/केलाउने गर्छन् र अन्नबाट हटाउँछन् । यसको गहुँ गेडाजत्रो कोसा हुन्छ । यसको घाँस दुधालु र घ्यू लाग्ने हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद केही टर्रो र अति मीठो । स्वभाव शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मरणशक्तिदायक, निद्राजनक, पुष्टिकर, बुद्धिवर्द्धक, पित्तहर, त्रिदोषजविकार निष्कासक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, मूत्रल, विषघ्न, तनावहर, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तज्वर, मानसिकरोग, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, छारे-मृगी, उच्चतनाव, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, अर्श, उदरशूल, आँखा कमजोर, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । स्वरस/लेदोले शिर ठन्डा पार्ने, स्मरणशक्ति बढाउने गर्छ । यसको गेडा भिजाएर खानासाथ निद्रा लाग्छ, दिमागी शक्ति दिन्छ, सुषुम्णा मस्तिष्क क्रियाशील गर्छ । **मात्रा** : बीज ३-१० ग्राम, तेल ५० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ३९८. आसवगोल निलिमा, इस्मगोल, फुकोला, अधोफली, बूढो एणुर, **Shoo-Fly Plant, Heart Coldness Seeds, *Nicandra physalodes*** (Family : Solanaceae)



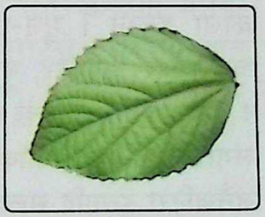
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-५ फिट अग्लो, कमलो बिरुवा, गोलो पात, साउनतिर निलो फुल्ने, पातलो झिल्लीभित्र गोलो फल, त्यसभित्र २००-३०० मसिना गेडा हुन्छन् । यसको स्वाद बीज अमिलो-मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक शीतल, पुष्टिकर, पित्तनाशक, अग्नि-उद्दीपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, वातनाशक, विषघ्न, तनावहर, तृप्तिकारक, नेत्रशक्तिरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, निद्राकारक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको बीज खाद्योपयोगी हुन्छ । चटनी-अचार पिसेर खाँदा भोजन छिटो पचाउँछ । यसबाट खानेतेल निकाल्न सकिन्छ । यसले अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, कमजोर पाचनप्रणाली, पेटका घाउ-खटिरा, गानोगोला, गर्मीवातरोग, कमलपित्त, आउँ-अतिसार, हैजा, रक्ताल्पता, हृदयरोग, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, नेत्ररोग, कुपोषण आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १ चम्चा ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा पञ्चाङ्ग अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, चटनी/अचार ३-५ पटक ।

### ३९९. आसबगोल नीलो फुल्ने, निलफुकोला, वीर्यविपाकअम्ल, **Blue Ismagol Plant, Heart Tonic seed, *Nicandra* sp.** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । माटो : यो ढुङ्गयान-बलौटे-क्षारीय माटोमा

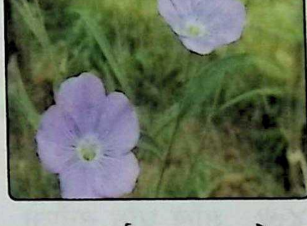
पैदा हुन्छ। तापक्रम : यो १५-४५ डिग्री सेन्टीग्रेट तापक्रमसम्ममा राम्रो फल्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, हाँगाहरू, पात चेप्टो, नीलो फुल्ने, पातलो भिल्लीभित्र दाना भित्रअभ्र मसिना कैयौं गेडा हुन्छन्। स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको गेडा र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, पाचक, अग्नि-उद्दीपक, हृदयहितकारी, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, ज्वरहर, मूत्रल, स्मरणशक्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, तनावहर, निद्राजनक, विषघ्न, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, नेत्रशक्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हैजा, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, कमजोर-पाचनप्रणाली, मन्दाग्नि, अरुचि, अजीर्ण, र्‍यालरस नआउने-सुख्खा मुखमण्डल, रक्तखराबी, मानसिकरोग, तनाव, दिमागीरोग, छारे, अपस्मार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, नेत्ररोग, रक्तस्राव, धातुरोग, विस्मृति, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १ फल, १ पात, बीज ३-१० ग्राम, पातरस/लेदो ५-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ४००. आमासाग, अम्बेभाजी, हरितमञ्जरी-कुप्पी, माताशाक, Mother Shak Plant, Khokali, *Acalypha indica* (Family : Euphorbiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, दन्तुर पात चेप्टो, बालामा हरियो फुल्ने, गाढा हरियो बिरुवा, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, कफनिस्सारक, वामक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, श्वासरोग निवारक, ज्वरहर, पत्थरीहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, पिनास, मूत्ररोग, कफवृद्धि, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, रक्तरोग, श्वासरोग, ज्वर, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, झाडा-वान्ता, गाँठा-गिर्खा, उदरशूल, गानो, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३०-५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ४०१. आँकुरी निलो, श्यामक्रान्ता, Blue Prostrate Binweed, *Evolvulus alsinoides* (Family : Convolvulaceae)



**चिनारी** : यो सानो निलो फुल्ने झार उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो मुलायम १-२ फिट अग्लो वा लामो लत्रन्छ वा कतै-कुनै बिरुवाको आड लिन्छ। यसको भालाकार लाम्चो पात, मसिनु भेट्नुको दुवैतिर गएका, कोसामा तेलीय गेडाहरू लाग्छन्। यसको स्वाद तितो-मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बुद्धिवर्द्धक, मस्तिष्कपुष्टिकर, मूत्रल, पित्तहर, रक्तवर्द्धक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, विजातीयद्रव्य-त्रिदोषजविकार निष्कासक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तशोधन गर्छ, पागलपन, शिरको गर्मी, उच्चतनाव, अधिकपित्तमा फाइदा पुर्‍याउँछ, चर्मरोगमा हित गर्छ, समस्त ज्वर, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, अम्लपित्त, कामला, अर्श, रक्तपित्त, कुपोषण, छारे-मृगी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १/१ माना, ताजा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र अर्क ५० मि.लि. २-३ पटक पानीसँग।

### ४०२. आँखेझार, पातमा काँडा हुने आँखे, नेत्रबुटी, Eye Small Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी क्षेत्रमा धेरै हुन्छ । यो १-२ फिट अग्लो वा झ्याङ लाग्छ, डाँठमा आँखा/आँखा परेको, पातमा काँडा लज्जावन्तीसमान, कोसामा तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वाद तितो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्रशक्तिदायक, वातहर, मूत्रल, अग्निकारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रतन्धो, पित्तवृद्धि, नेत्ररोग, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, रक्तदोष, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, गानो, उदरशूल, विषप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४०३. आन्द्रे वनजिलेबी, आन्द्राफल, Intestines Fruit Plant, *Pithecellobium* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका गर्मी क्षेत्रमा पाइन्छ । यो सदाबहार, ३०-५० फिट अग्लो, २/२ जोडी पत्रे-चेप्टो पात, पुष्प सेतो/पहेंलो रौंसमान थुङ्गामा, आन्द्राजस्तो हरियो पाकेपछि राता फलभित्र १०-१५ तेलीयबीज काला हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, विरेचक, चर्मरोगहितकारी, रुक्ष, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, मूत्रल, कुष्ठघ्न, वातनाशक मानिन्छ । यसको बीज, पात, पुष्प र बोक्रा प्रयोग गरिन्छ । यो गन्धकतत्व भएको फल खानेमा प्रयोग हुन्छ । यो लेपन लगाउनेमा पर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुष्ठ, दुबी, दाद, चिलाउने, घाउ-खटिरा, कब्ज, गाँठा-गिर्खा, जनैखटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बीजले मधुमेहमा राम्रो उपचार गर्छ । **मात्रा** : लेपन-लगाउने/धुने, बाष्पस्नान, घर्षणस्नान/पात र बीज सुत्ने बेलामा २-३ ग्राम चूर्ण, स्वरस/लेदो २-३ ग्राम, तेल/अर्क ३० मि.लि., तेलमालिस आवश्यकताअनुसार लगाउने ।

### ४०४. आन्द्रेच्याउ, आन्द्रासमान त्यान्द्रेच्याउ, Intestine Mushroom

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ र यो हिल्यान चिस्यानमा वर्षादको लामो झरी बादलमा घना वनहरूमा उम्रन्छ । यो मानिसको पेटका आन्द्रासमान दुरुस्तै हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेटको रोगमा लाभदायक, पोषक, मृदुरेचक, मूत्रल, सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, अर्शोघ्न, शोथघ्न, रक्तविकारहर, आन्द्रा रोगमा फाइदाकर, बलकारी, पुनर्यौवनदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, कमलपित्त, मूत्रकृच्छ्र, दुब्लो, कुपोषण, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ वटा, रस/लेदो ५-१० ग्राम, पकाएको तरकारी रस २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ४०५. आँखे घाँस सुनौलो, सुवर्णनेत्री, Golden Eye Grass

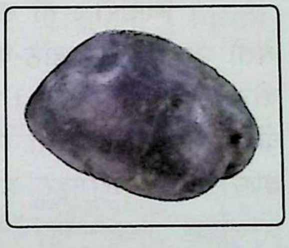
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो घाँस, पात चेप्टो, नीलो फुल्छ, तेलीय बीज हुन्छन् । यो झट्ट हेर्दा आँखा तरिरहेको जस्तो लाग्छ । । यसको स्वाद तितो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्रशक्तिदायक, वातहर, अग्निकारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, विषघ्न, वीर्यवर्द्धक, वातव्याधिहर, पोषक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, नेत्ररोग, जोर्नीवाथ,

आमवात, सन्धिशोथ, रक्तदोष, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, मुत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, गानो, उदरशूल, रतन्धो, नपुंसकता, विषप्रभाव, अम्लपित्त, कामला, यौनकमी, ज्वर,हाड र ढाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४०६. आलु हरियो, हरितकन्दालु, **Hariyo Aalu, Green Potato Plant**

**चिनारी** : यो सर्वत्र हर हावापानीमा सबै जातका आलु पाइन्छ किन्तु यो हरियो आलु थोरै मात्रामा मिल्छ । यो अपवादस्वरूप आलुखेतीमा यदाकदा १-२ वटा मिसिन्छन् । हरजातका आलुमा हरियो रङको आलु भेटिन्छ । पातको हरियोतत्व कन्दमा जानु, बोटमा रहेको हरितत्त्व गानोमा पुग्नु, हरितरसलाई ग्रहण गरी कन्दमा फैलिनु पातको वर्ण जरामा हुनु अपवादमा पर्छ । आलु धेरै खन्दा थोरै हातमा लाग्ने हरियो आलु हो । कुनै पकाउँदा पाक्छ भने केही नपाक्ने कटमेरो अपाक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, नेत्ररक्षक, रेचक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, शीतल, मूत्रल, अग्निदग्धहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको कष्टता, हैजा, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, रक्तदोष, अर्श, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आँखाका रोग, छालामा जलन-पोल्ने, छालाको दाग, आगोले पोलेको कुहिएको, बिग्रेको जीर्ण घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । काच्चो आलु पिसेर लेपन लगाउने/सेक्ने/मालिस गर्नुपर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, उसिनेको/बफाएको/पकाएको ३-५ वटा आलु ३-५ पटक ।

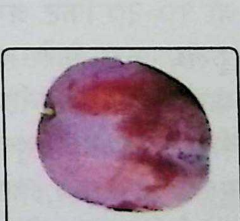
### ४०७. आलु नीलो, नीरकन्दालु, **Blue Potato Plant**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो पानी नजम्ने बलौटे-दोमट माटोमा धेरै फल्छ, यो १-२ फिट अग्लो, मुलायम पात चेप्टो चुच्चो, बैजनी/नीलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, केशर पहेँलो लुलो बोट, जरामा कन्द अण्डाकार/गोलाकार/चेप्टा आलु हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, नेत्ररक्षक, मृदुरेचक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, शीतल, मूत्रल, अग्निदग्धहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको कष्टता, हैजा, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, रक्तदोष, अर्श, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आँखाका रोग, छालामा जलन-पोल्ने, छालाको दाग, आगोले पोलेको कुहिएको, बिग्रेको जीर्ण घाउ, उदरजलन, कामला इत्यादि सन्चो गराउँछ । काच्चो आलु पिसेर लेपन लगाउने/सेक्ने/मालिस गर्नुपर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, उसिनेको/बफाएको/पकाएको ३-५ वटा आलु ३-५ पटक ।

### ४०८. आरुबखाडा कलेजी फल, आलुबखाडा, आलुचा, आल्लुक, अल्लुक, **Plum Fruit, *Prunus domestica***

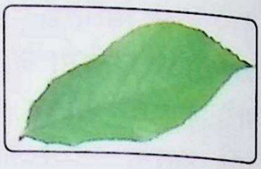
(Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो हिमालय क्षेत्रका ठन्डा र समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, चेप्टो पात, फूल गाढा सेतो/हल्का सेतो, पुष्पपत्रक केशर पहेँलो, फल गोलाकार कलेजी रङको भित्र बदामसमान तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल सर्दी हुन्छ र स्वाद अमीलो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, उच्चरक्तचापमापक, रक्तदोषहर, रक्तस्राव, हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, हृदयहितकारी,

शीतकारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तज्वर निवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्मृतिह्रास, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, प्रदर, रक्तदोष, रगतको कमी, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, छालारोग, हृदयरोग, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तज्वर, मासिकअधर्म, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम, फल २-५ वटा, बीज ३-५ वटा, फलस्वरससुई २-१० र अर्क ३० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४०९. आलुबखाडा कालो मीठो, आलुबालुमधुर, औल्य, करासुस, Sweet-Black Cherry, *Prunus cerasus* (Family : Rosaceae)

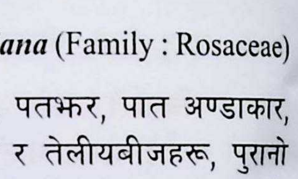


**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो २000-४000 मिटरमा असिना नपर्ने ठाउँमा राम्रो फल्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पतझर, पात अण्डाकार, सेतो फुल्ने, फल पूर्ण पाकेपछि कालो रसदार गुदी फलभित्र चनाजस्तो तेलीयबीज हुन्छन्, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, चोप, बोक्रा, फूल, बीज र पात । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो, अम्लीय र केही तितो, हल्का बास्नादार लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, चर्मरोगहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, अग्निवर्द्धक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, अर्श, उदरशूल, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकेको फल स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### ४१०. आलुबखाडा बेलायती, आलुबालु बेलायती, Red Chokecherry, *Prunus virginiana* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पतझर, पात अण्डाकार, सेतो फुल्ने, रातो डाँठ-काण्ड भएको, फूल रसयुक्त गोलाकार फलभित्र रस, गुदी र तेलीयबीजहरू, पुरानो बोटमा चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र चोप । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो, केही मिठो, केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, मूत्रल, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, अम्लपित्त, मुख सुक्ने, जिब्रो-मुखका बिबिरा, कामला, पित्तज्वर, पत्थरी, हृदय र मिर्गौला कडा हुँदै जाने र सुक्खापन, रक्ताल्पता, रक्तरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, भोक-प्यास लागिरहने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस १०-२० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

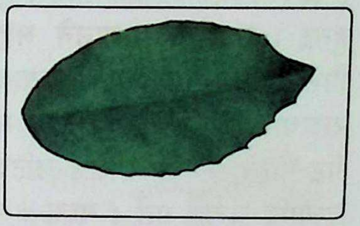
### ४११. आरु सानो रातो फुल्ने-फल्ने, मधुरआरुक, Peach Fruit Sweet, *Prunus africana* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १000-३५00 मिटरमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पतझर, चेप्टो आयाताकार पात, फूल रातो केशर रातो फुल्छ, फल झुसे हरियो पाकेपछि रातो फलभित्र कडा गेडा बोक्राभित्र बदाम आकारको एक तेलीय बीज हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो हुन्छ, बीज टर्रो र मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, मूत्रल, आन्द्रा शुद्धिकर, हृदय हितकारी, रक्तवर्द्धक, बलकारक, ऋतुधर्म नियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, हृदयरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त,

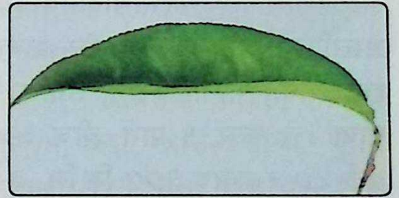
मोटोपन, आउँ-पखाला, अतिसार, अर्बुद, कान पाक्ने, दाँत दर्द, रक्तस्राव, प्रदर, कब्ज, अर्श, कमलपित्त, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल, पात र बोक्राले कुष्ठ, दुबी, दाद, पेटका जुका, जुम्रा-लिखा-चायाँ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### ४१२. आरु तीतो, तिक्तआरुक, तीताआडु, Bitter Peach, *Prunus* sp. (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात आयाताकार, पतझर, धेरै हाँगाबिँगाहरू भएको, सेतो फुल्ने, चेप्टो झुसे फल सेतो वर्णको भित्र कडा हाडिलो बीज बोक्रा र भित्र तेलीय टर्रो-मीठो दाना हुन्छ। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद पाकेको फल मीठो हल्का अमिलो हुन्छ । अन्यभाग नमीठो तीतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, वमनकारक, कृमिमारक, बीज पुष्टिकर र अम्लतानाशक, पित्तनाशक, गानोगोला र उदररोगहर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मृदुरेचक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, पेटका कृमि, पित्तवृद्धि, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, मोटोपन, गानो, उदरशूल, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालारोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १-३ वटा, फल १-३ वटा, स्वरससुई २-१० र लेदो ५० मि.लि., चूर्ण १०-२० ग्राम, खोटो ३-५ ग्राम, चटनी २-५ ग्राम, आसब/अरिष्ट/अर्क ३० मि.लि. ३-५ पटक । यसको पात, फूल र बोक्राले कुष्ठ, दाद, दुबी, जुम्रा, लिखा-चाया, घाउ-खटिरा, पेटका जुका, आउँ-पखाला, मोटोपन, कर्णशूल, दन्तदर्द, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, दम, खोकी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### ४१३. आरु अमिलो ठूलो, अम्लीयआरुक, खट्टाआडु, Sour Peach Plant, *Prunus persica* (Family : Rosaceae)



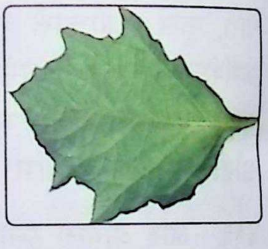
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पात आयाताकार, पतझर, टेडोमेडो हाँगाहरू, सेतो फुल्ने, चेप्टो झुसे सेतो वर्णको, फलभित्र कडा बीजको खोलभित्र एउटा तेलीय मीठो-टर्रो दाना हुन्छ । फलको स्वभाव शीतल मीठो-अमिलो । पाकेको फलको बीजको स्वभाव उष्ण-स्वाद मीठो-स्वादिलो । अन्य भागको स्वभाव शीतल-स्वाद तितो । यसको पाकेको फल मूत्रल, पित्तनाशक, अर्शोघ्न, मृदुरेचक, रुचिकर, तृप्तिदायक, हृदयहितकारी मानिन्छ । यसको बीज मधुर, मीठो-बलकारक, अम्लहर, वातनाशक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, अग्निकारक, तनावहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : पाकेको फलले रक्तस्राव, अपच, अजीर्ण, हैजा, उच्चरक्तचाप, तनाव, मनोरोग, मन्दाग्नि, मूत्रकष्टता, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज २-५ वटा, फल १-५ वटा, स्वरस/लेदो १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, अम्लसार १-२ ग्राम, चूर्ण १०-२० ग्राम ३-५ पटक । यसको पात, फूल र बोक्राले कपालको चाया-जुम्रा, घाउ-खटिरा, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### ४१४. आरु रातो, लालआडु, रक्तआरुक, **Red Peach Plant, *Prunus* sp.** (Family : Rosaceae)

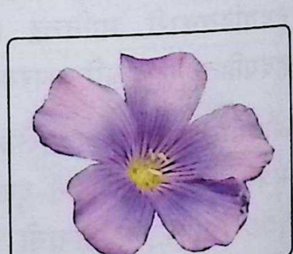
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण लगायत ३५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, टेणा हाँगाहरू भएको, पतझर, आयाताकार पात गाढा हरियो, सेतो-रातो-फूलमा केशर रातो, सेतो झुसे आरूफल पाकेपछि रातो वर्णको भित्र कडा हाडिलो गेडाभित्र एक तेलीय दाना हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अमिलो-मीठो हुन्छ । बीज मीठो-टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, तनावहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, मृदुरेचक, पित्तज ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तचापमापक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, अपच, अजीर्ण, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरशूल, पित्तज्वर, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, मुटुको कडापनमा, उदररोग इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : फल/बीज १-३ वटा, सुकेको फल १०-२० ग्राम, बीजतेल १० मि.लि. ३-५ पटक । यसको पात र बोक्राले अर्बुद, घाउ-खटिरा, चर्मरोग, बिग्रेको पुरानो घाउ, कपालको चाया र जुम्रा, पेटका कृमि, मोटोपन, दन्तदर्द, कर्णशूल, मधुमेह, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक ।

### ४१५. आसबगोल कालो फुल्ने, कालफुकोला, **Black Nicandra, *Nicandra* sp.** (Family : Solanaceae )



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका ढुङ्ग्यान-बलौटे क्षारीय माटोमा पाइन्छ। यो १५-४५ डिग्री सेन्टिग्रेट तापक्रमसम्म राम्रो खेती हुन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, दन्तुर पात फराकिला चेप्टो, कालो फुल्ने, पातलो झिल्ली फलभित्र अझ दानाभित्र मसिना कैयौं तेलीय गेडा हुन्छन् । स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको गेडा र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, पाचक, अग्नि-उद्दीपक, हृदय हितकारी, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, ज्वरहर, मूत्रल, स्मरणशक्तिदायक, रक्तस्रावनियन्त्रक, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हैजा, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, कमजोर पाचनप्रणाली, मन्दाग्नि, अरुचि, अजीर्ण, र्‍यालरस नआउने-सुक्खा मुखमण्डल, रक्तखराबी, मानसिकरोग, तनाव, दिमागी गर्मी, मासिकअधर्म, हृदयरोग, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १ फल, १ पात, बीज ३-५ ग्राम, पातरस/लेदो ५-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

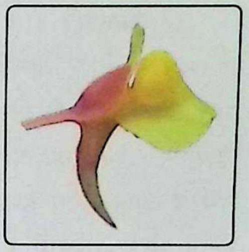
### ४१६. आलस बैजनी तीसी, रुद्रपत्नी, अतसी, देवी, **Flaxseed, Linseed, *Linum usitatissimum*** (Family : Linaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, मूल डाँठमा हाँगाहरू, साना पात भालाकार ३ शिरायुक्त, पुष्प बैजनी वा श्वेत-निलाभ वर्ण घण्टाकार, प्रत्येक फलकोषमा १० तेलीयबीज खैरो रङका चेप्टा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, पात, जरा र काण्ड । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र फलको स्वाद चिप्लो-मीठो अन्य भाग तितो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, हृदयहितकारी, रेचक, मूत्रल, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अनुलोमक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, क्षयरोग र सुकेनाशमा उपयोगी, पुष्टिकर, शक्तिकारक, क्षयरोगमा उपकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

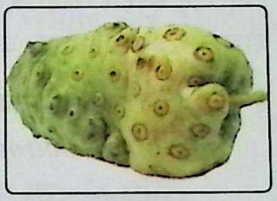
यसले हृदयरोग, कब्जियत, अर्श, जोर्नीवाथ, दम-खोकी, हाड-ढाडको रोग, आगोले पोलेको, दाद, कडा-साह्रो छाला, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रो-गलाका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, क्षयरोग, आन्द्रा सुक्खा र सुकेनाश, शारीरिक कमजोरी, क्षयरोग, शक्तिक्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भुटेको बीज ५०-१०० ग्राम, पुष्पकल्क ५-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, पिना ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

४१७. आरकज्वर, सुनारबुटी, अर्कीबुटी, **Bladderworts, Utricularia Plant, *Utricularia bifida*** (Family : Lentibulariaceae)



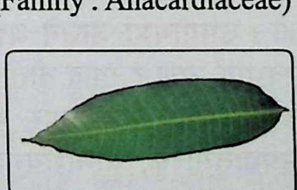
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, सानो झार १-२ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, धेरै गाँजिने, जरा सेतो/पहेँलो, फूल सुनौलो, फल सानो बीज गोलो हुन्छ । यसको जरा टर्रो केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : पञ्चाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीनाशक, पित्तहर, ज्वरनिवारक, मिर्गौलाशक्तिदाता, पुष्टिकर, रजवीर्यवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाब कष्ट, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, रजःवीर्यदोष, ज्वर, शिथिल मिर्गौला, दुब्लो-पातलो हुँदै जाने, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो बुटी धातु-उपधातु, शोधन-शक्तिवृद्धिहेतु प्रयोग गरिने किमिया विद्यामा उपयोगी झार हो । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., वटी-क्याप्सुल २-३ वटा, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

४१८. आली, आल, अच्छुक, रञ्जनद्रु बारतुण्डी, सरोजी, **Mulberry, Noni, Achi, Anino, Cheese Fruit, *Morinda citrifolia*** (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, छड्के हाँगाहरू, गहिरो हरियो चेप्टो पात, बोक्रा सेतो/पहेँलो नरम, अण्डाकार फलभित्र काला तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको पात, फल, बोक्रा र फूल प्रयोगमा ल्याइन्छ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्रावनिरोधक, पुष्टिकर, ऋतुस्राव नियामक, विरेचक, अर्बुदहर, ज्वरनिवारक, सङ्कोचक, विषनाशक, वातहर, रञ्जक मानिन्छ । यो खाने चीज रङाउने काममा प्रयोग भइरहेको छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अमहिनावारी, रक्तस्राव, दिसा नहुने-कब्ज, अर्बुद-गाँठा-गिर्खा, आन्द्रा सुन्निने, ज्वर, आउँ-पखाला, पुरानो घाउ-खटिरा, सन्धिवात, दाँतको दर्द, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ फल, बीज चूर्ण ३-१० ग्राम, १ पात, स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० ग्राम, काँढापानी १/१ कचौरी ३-५ पटक ।

४१९. **आँप सुनौलो, स्वर्णआम, सुनहरीआम, Golden Mango Tree, *Mangifera* sp.** (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष ८०-१०० फिट अग्लो, पात लाम्चो-भालाकार, धेरै हाँगाबिँगाहरू भएको, पहेँलो फुल्ने-छेउमा बैजनी रङको, फल अण्डाकार पाकेपछि सुनौलो वर्णको भित्र रसदार पहेँलो गुदी र कोयाभित्र तेल हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल, बीजतेल, बोक्रा, फूल, कोया, पात । पाकेपछि फल स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ अन्य भागको स्वाद तितो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको पाकेको फल मधुर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, तृप्तिकारक, बलकारी, स्वादिष्ठ, रसायन, आयुर्वर्द्धक, पोषक, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

यसले आन्द्रा सुक्खाराम, रगतको कमी, मुख सुक्ने, ग्यास्ट्रिक भइरहने, मूत्ररोग, रज:वीर्यदोष, विस्मृति, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, पित्तवृद्धि, कब्ज, अर्श, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, रस/लेदो ५०-१०० मि.लि., बोक्रा चूर्ण ३-१० ग्राम, कोया चूर्ण/भस्म १-२ ग्राम अम्चुर १-२ टुक्रा, चटनी १-३ चम्चा, बीज तेल ५-१० थोपा, फल रस खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**४२०. आँपराजा, राजाम्र, मिश्रीआँप, कालीआँप, कलमीआम, Big King Mango Tree, *Mangifera* sp.** (Family : Anacardiaceae)

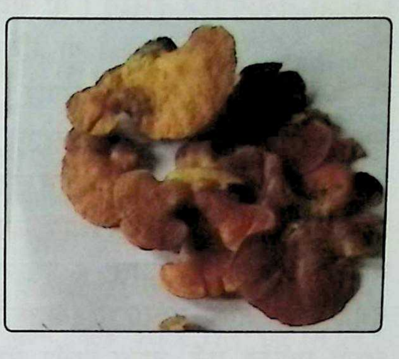
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १००-१३० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात आयाताकार, लाम्चो टुप्पो तिखो, पात पिसेपछि, मिच्दा सुगन्ध आउँछ, मञ्जरीमा हरियो-पहेंलो फुल्ने, फल विभिन्न आकारका पाकेपछि पहेंलो फलभित्र रसिलो पहेंलो गुदी र कोयाभित्र तेलीय बीजमज्जा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । पाकेको फलको स्वाद मीठो-गुलियो र काच्चोमा धेरै अमीलो हुन्छ । यसको अन्यभाग तितो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : पाकेको फल स्वादिष्ठ, रुचिकर, अग्निकारक, रज:वीर्यसुधारक, बलवर्द्धक, रक्तस्राव निरोधक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, अग्निकारक, मूत्रल, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, अरुचि, रज:वीर्यदोष, रक्तस्राव, दुब्लो पातलो हुँदै जाने, रगतको कमी, विस्मृति, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, शारीरिक कमजोरी, पेट पोल्ने, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दम, खोकी, सुक्खा फोक्सो-मासिकअधर्म, श्वासनली संकुचन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ३-१० र स्वरस/लेदो ५०-१०० मि.लि., फल १-३ वटा, फलबोक्रा ३-१० ग्राम, कोयाचूर्ण/भस्म १-३ ग्राम, बीजतेल ५-१० थोपा, काच्चो आँप अचार १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

**४२१. आँक रातो, रक्तार्क, शुक्रफल, आकुडा, मदार, अकौवा, आक, आँकमा, Maddar Red, Swallow-Wort, *Calotropis procera*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १८०० मिटर उचाइसम्म पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात चेप्टो नरम, पात-डाँठ खरानी रङका सेतो मुलायम भुसले भरिपूर्ण, फूल रातो/गुलाबी/प्याजी/बैजनी रङका वसन्तऋतुमा गुच्छादार फुल्छन् । लाम्चो चुच्चो परेको डल्लो फलभित्र अति नरम सेतो भुवा-रुवा र काला तेलीयबीज हुन्छन् । यसको डाँठ र पात कोट्याउँदा दूध आउँछ । यो सदा हराभरा रहन्छ । यो एक उपविष हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, डाँठ, फल, जरा, फूल, दूध-भुवा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हल्का पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, वातव्याधिहर, कृमिमारक, व्रणरोपक, शोथघ्न, वमनकारक, पीडाहर, कर्णरक्षक, धातु-उपधातुमारक, आमाशयमा दाहाजनक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, चर्मरोग, ग्रन्थिशोथ, कृमिरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, जोर्नीवाथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, स्नायुगत वात, सुन्निएको, दुखेको, कर्णशूल, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, पिनास इत्यादि सन्चो गर्छ । यो धातु-उपधातु, शोधन-मारणमा धेरै प्रयोग गरिन्छ । भस्म बनाउँदा काम लाग्छ । **सावधानी** : आँखा र कमलो अङ्गमा यसको दूध पार्नु हुँदैन ।

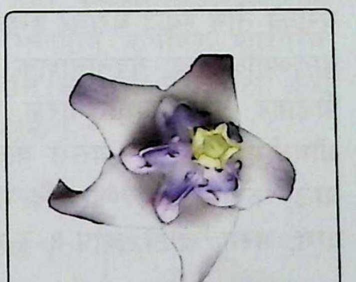
यसलाई ताजा कुटेर-पिसेर घ्यू/तेलमा पकाएर/डढाएर छानी मालिस गर्दा/पातले सेक्दा/लेपन लगाउँदा छिटो सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा बोक्रा/पुष्प/पात/फल/बीज चूर्ण आधा-एक ग्राम, क्षीर ३-५ थोपा, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., सर्वाङ्ग खोटो/भस्म १-२ ग्राम, क्षार १-३ रत्ती २-३ पटक ।

### ४२२. आँखेच्याउ रातो, नेत्रकडक, Eyewood Mushroom, Wood Red Mushroom



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । प्रायः यो ढङ्गो-माटोमा वा रूखमा उम्रन्छ । कुनै रूख मरिसकेपछि पलाउँछ । यो आँखासमान हल्का रातो वर्षादमा उम्रन्छ । **प्रयोग हुने** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, मुटुको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, प्रदर, अर्बुद, पत्थरी, जलोदर, आन्द्राको गिर्खा, मोटोपन, कुष्ठ, मुसा निक्लने, पिलो आउने, शरीरको कडापन, रक्तविकार, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ४२३. आँक ठूलो, बृहत्श्वेतार्क, मदार, सफेदआँक, शुक्लार्क, सफेदआकुडा, White Big Madar, *Calotropis gigantea* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, हाँगाहरू कठिन-साह्रो, बोक्रा र पात खरानी रङका, कोट्याउँदा दूध आउने, लाम्चो पात नरम सेता भुसले भरिएका, वसन्तऋतुमा सेतो फुल्छ, २-३ इन्च लामो डल्लो फलभित्र भुवा र काला तेलीयबीज हुन्छन् । यो सदा हराभरा हुन्छ । यो एक उपविष हो । पुरानो बोटको जरा गणेशको मूर्ति हुन्छ । पञ्चगव्यमा वा कुनै एक अर्कमा शुद्ध गर्नुपर्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो-परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, शोथघ्न, पीडाहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, कृमिमारक, वेदनाशामक, श्वासरोगहर, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तशोधक, यौनरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, सुन्निने, दुख्ने, हरेक प्रकारका वात, आमवात, पक्षाघात, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, श्वासनलीको शोथ, घाउ-खटिरा, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, दुबी, दाद, कुष्ठ, सङ्ग्रहणी, पित्तवृद्धि, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । घिउ/तेलमा सर्वाङ्गलाई पकाएर डढाई छानी मालिस गर्ने, ताजा पिसेर लेपन लगाउने/आगोमा राख्दै सेक्ने/रगड्ने-ओच्छ्याउने गर्नुपर्छ । **मात्रा** : चूर्ण/खोटो/भस्म/लेदो १-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० र कोया तेल २० मि.लि., पात/फल/ बोक्रा/जरा १-२ ग्राम २-३ पटक ।

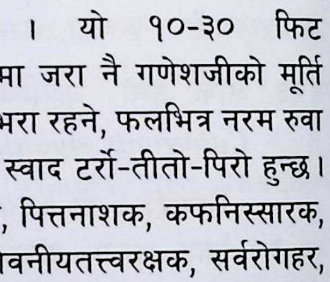
### ४२४. आँक सेतो, श्वेतार्क, सफेदआँक, शुक्लार्क, सफेदआकुडा, **White Madar Plant, *Calotropis gigantea*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो, हाँगाहरू कठिन-साह्रो, बोक्रा र पात खरानी रङका, कोट्याउँदा दूध आउने, चेप्टो पात नरम सेता भुसले भरिएका, वसन्तऋतुमा सेतो फुल्छ, फल २-३ इन्च लामो डल्ला फलभित्र भुवा र काला तेलीयबीज हुन्छन्। यो सदा हराभरा हुन्छ। यो एक उपविष हो। पुरानो बोटको जरा गणेशको मूर्ति हुन्छ। यो रेबिजविरुद्धको उपचारमा सर्वोत्तम भनिन्छ। पञ्चगव्यमा वा कुनै एक अर्कमा शुद्ध गर्नुपर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो-परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, शोथघ्न, पीडाहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, कृमिमारक, वेदनाशामक, श्वासरोगहर, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तशोधक, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, सुन्निने, दुख्ने, हर प्रकारका वात, आमवात, पक्षाघात, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, श्वासनलीको शोथ, घाउ-खटिरा, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, दुबी, दाद, कुष्ठ, सङ्ग्रहणी, पित्तवृद्धि, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। घिउ/तेलमा सर्वाङ्गलाई पकाएर डढाई छानी मालिस गर्ने, ताजा पिसेर लेपन लगाउने/आगोमा राख्दै सेक्ने/रगड्ने-ओच्छ्याउने गर्नुपर्छ। **मात्रा** : चूर्ण/खोटो/भस्म/लेदो १-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० र कोयातेल २० मि.लि., पात/फल/ बोक्रा/जरा १-२ ग्राम २-३ पटक।

### ४२५. आँक गणेश, गणेशार्क, श्रीगणेशश्वेतार्क, **Calotropis Plant, Ganesh Madar, White Ganesh Madar Root, *Calotropis* sp.** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका सिद्धस्थानहरूमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो बाक्लो आयाताकार, दूधे, १०० वर्ष नाघेका बोटहरूको फेदमा जरा नै गणेशजीको मूर्ति बन्दछ। हाँगा र पातहरू सफेद रङका रौं नरम भुसले भरिएका सेतो फुल्ने, सदा हराभरा रहने, फलभित्र नरम रुवा र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो-पिरो हुन्छ। यसको तीन स्वाद बराबर हुन्छ, घटीबढी हुँदैन। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहारक, वेदनानाशक, अर्बुदहर, असाध्यरोगमा लाभदायक, आयुर्वर्द्धक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, सर्वरोगहर, पीडाहर, धातु-उपधातुमारक, गन्धक-पारदबद्धक, रजतभस्म अमृतकर, साधना-सिद्धिमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले वातरोग, पित्तरोग, कफवृद्धि, अर्बुद, पीडा, त्रिदोषज बिमार, कष्टपूर्ण रोग, जीर्ण घाउ, फोक्सो अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : क्षीर १-३ थोपा, मूलत्वक/पात/फल चूर्ण आधा-एक ग्राम, भस्म/खोटो/चोप १-३ रत्ती, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि. २-३ पटक।

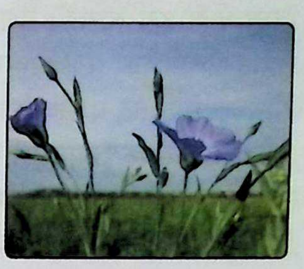
### ४२६. आँप वनेलु, वनआम्रातक, आमडा, **Wild mango Tree, Jangali Mango, Sour Fruit, Hog Palm, *Spondias mangifera*** (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वनको आँप हो। यो एक वृक्ष, हाँगाहरू धेरै भएको, पात लाम्चो-फराकिलो, फल चेप्टो, हरियो, पाकेपछि पहेँलो, भित्र गुदी र तेलीय कोया हुन्छ। यसको अमीलो काच्चो अथवा परिपक्व फल प्रयोगमा आउँछ। यसको स्वभाव ठन्डक हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो दस्तावर, मूत्रल, शीतल, तृप्तिकारी, कफवर्द्धक, हृदयवलकारी, रक्तदोषहारक, पाचक, रुचिकर मानिन्छ। यसको अचार बजारमा

बिक्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रुधिरविकार, छटपटी-डाहा, क्षय, पित्तरोग, कब्ज, कडा गाँठो-गिर्खा, शारीरिक गर्मीपन, हृदयरोग, हैजा, अरुचि, अपच, पित्तज्वर, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, फल १-२ वटा, रस/झोल/काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो १-२ ग्राम २-३ पटक।

### ४२७. आलस निलो फुल्ने, **Blue Flower Flax, Linseed, *Linum usitatissimum*** (Family : Linaceae)

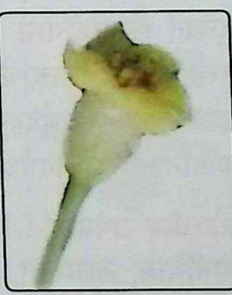


**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार चुच्चो, फूल निलो पाँचपत्रदार फुल्ने, फल गोलाकार भित्र खैरा-काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, पाचनशक्ति, बलदायक, अर्बुदहर, अग्निकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गोटा पर्ने, कब्जियत, अर्श, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, रक्तविकार, हैजा, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, दुब्लाउँदै जाने, आन्त्रपुच्छ्रको पीडानाशक, मन्दाग्नि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : गेडा ३-१० ग्राम, अर्क ३० र तेल १० मि.लि., वटी २-५ वटा, धूलो १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, भुटेको/उसिनेको बीज ३-२० ग्राम ३-५ पटक।

### ४२८. आलस पहेँलो फुल्ने, पीत तिसी, **Yellow Flower Flax, Linseed, *Linum usitatissimum*** (Family : Linaceae)

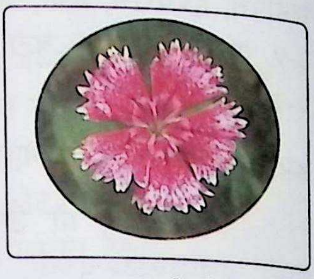
**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार चुच्चो फूल पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र खैरा-काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, पाचनशक्ति, बलदायक, अर्बुदहर, अग्निकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गोटापर्ने, कब्जियत, हाडको रोग, अर्श, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, रक्तविकार, हैजा, उच्चरक्तचाप, मन्दाग्नि, गाँठा-गिर्खा, दुब्लाउँदै जाने, आन्त्रपुच्छ्रको पीडानाशक, मन्दाग्नि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : गेडा ३-१० ग्राम, अर्क ३० र तेल १० मि.लि., वटी २-५ वटा, धूलो १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, भुटेको/उसिनेको बीज ३-२० ग्राम ३-५ पटक।

### ४२९. इत्तरी, इन्द्री, **Laurel Tree, *Pittosporum illicioides*** (Family : Pittosporaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो उन्यु प्रजातिको वनस्पति हो। यो १०-१५ फिट अग्लो, सेतो बास्नादार पुष्प, भालाकारपात हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तितो बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दबी, दाद, कुष्ठ, टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटका रोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, आउँ, प्रदर आदि सन्चो गर्छ। यसको दूधले दुखाइ सन्चो गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अत्तर ५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने ३-५ पटक।

### ४३०. इन्द्रेणी झार, Shizhushi, Rainbow Pink, *Dianthus chinensis* (Family : Caryophyllaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० से.मि. अग्लो, सदावहार, बहुवर्षीय पात लाम्चो ३-५ से.मि. र २-४ से.मि. चौडा, रातो वा बैजनी रङको फुल्ने, बीजहरू तेलीय काला हुन्छन् । यो सदा भेटिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तशोधक, पाचक, ऋतुधर्मनियामक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, मेदहर, चर्मसुधारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मूत्रकृच्छ्र, रक्तविकार, अपच-अजीर्ण, मधुमेह, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, अर्श, मोटोपन, मासिकअधर्म, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिस, ज्वर, चर्मरोग, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., वटी १-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ४३१. इरमल्ली, इतर, Ermalli Plant

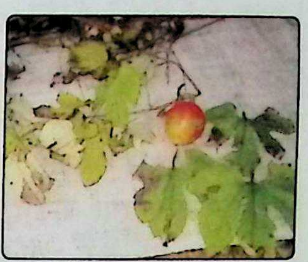
**चिनारी** : यो १०००-२५०० मिटरको समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो चिम्ट्याइलो रातो माटोमा हुन्छ । यो ठन्डा हिउँदे याममा धेरै मिल्छ । यो १-३ फिट अग्लो, फागुन-चैतमा सुनौलो फुल्ने, पात सानो, चेप्टो, तेलीय बीज, गाँजिने बुटी, हरियो डाँठ, जरा सेता हुन्छन् । स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्ररक्षक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पित्तज्वर निवारक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अग्निकारक, रक्तदोषहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, नेत्ररोग, मूत्रकृच्छ्र, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, हैजा, मन्दाग्नि, अपच-अजीर्ण, अरुचि, अर्श, अमहिनावारी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा,लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ४३२. इन्द्रेणी सानो, नान इन्द्रायण, इन्द्रवारुणी, कोतुसी, ऐन्द्री, Small Poison Snake Gourd

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो बलौटे-ढुङ्ग्यान सुक्खा स्थानमा धेरै मिल्छ । यो विषलता, पात पञ्जाकार फराकिलो, स्त्री र पुरुष पहेँलो फूल, फल गोलाकार अथवा लाम्चो हरियो-सेतो धर्का रोमयुक्त, पाकेपछि फलभित्र गुदी र काला तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फल र फूल । यसको स्वभाव विषतुल्य हुन्छ र स्वाद तिक्त-कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, कृमिघ्न, वमनकारक, व्रणशोधक, अर्बुदहर, गर्भाशयसङ्कोचक, पित्तनाशक, वातहर, गर्भपातक, कफनिस्सारक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मूढगर्भ, कब्ज, अर्श, विषप्रभाव, घाउ-खटिरा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कफपित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी, पेटका समस्त किरा, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, कामला, पत्थरी, उदररोग, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज/मूलचूर्ण १-५ रत्ती, मूलस्वरस/लेदो १०-२० मि.लि., फूल ३-६ ग्राम, पञ्चाङ्ग अर्क ३० र तेल २० मि.लि., भस्म/पुष्प-मूल खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक । यसको सर्वाङ्गलाई घिउ/तेलमा डढाई मालिस गर्दा चर्मरोग र समस्त वातव्याधिमा फाइदा पुग्छ ।

### ४३३. इन्द्रजितलता, इन्द्रवारुणी, महाकाल, Poison Snake Gourd Plant, *Trichosanthes tricuspidata* (Family : Cucurbitaceae)

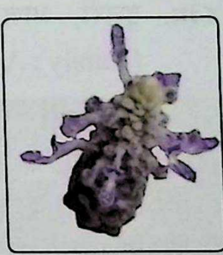


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको सुक्खास्थान बलौटे-ढुङ्ग्यान माटोमा पाइन्छ । यो विशाल झ्याङ ५०-१०० फिट लामो, भुइँ वा वृक्षहरूमा फैलिन्छ, फराकिलो पात पञ्जाकार पाँच चोसो भएको, थुङ्गामा सेतो फुल्ने सानो र ठूलो पुष्प, फल गोलाकार हरियो, पाक्ने बेलामा पहेँलो र परिपक्व भएपछि रातो वर्णभित्र गुदी र काला तेलीय बीजहरू र जरामा सात गाँठाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल, फूल र फल । यसको स्वभाव विषतुल्य र स्वाद कोक्याउने, तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, वामक, गर्भाशयोत्तेजक, विरेचक, गर्भपातक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, अर्बुदहर, कृमिघ्न, चर्मरोगहर, विषघ्न, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफपित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, दुबी, यौनरोग, मूढगर्भ, घाउ-खटिरा, बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, सुन्निने, दुख्ने, पेटका समस्त कृमि, अर्श, कब्ज, दम, खोकी, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको ताजा पात लेपन-लगाउने-दलिरहने गर्दा छाला रोगबाट छुटकारा मिल्छ । यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा पकाएर डढाईकन छानी मालिस गर्ने हो भने वातव्याधिमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : मूल/फूल/बीजचूर्ण १-५ रत्ती, सर्वाङ्ग अर्क १० मि.लि., पञ्चाङ्ग भस्म/खोटो आधा-एक ग्राम ३-५ पटक ।

### ४३४. इन्द्रीजौबीज मीठो, स्त्रीकुटज, असित इन्द्रयव, Women Indri Plant, Indri Jou Plant

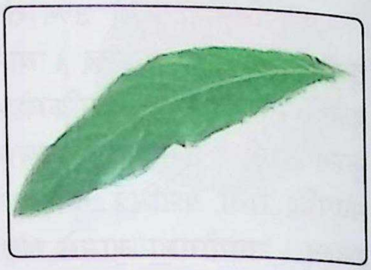
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका २००० मिटरसम्ममा प्रशस्त पाइन्छ । यो पतझर, पात लामो ५-१० अङ्गुल, पुष्प सेतो, दुग्धसदृश रसयुक्त, ८-१६ अङ्गुल लामो फलभित्र कपास र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद दूध र बीज मीठो, अन्य भाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणसुधारक, सङ्ग्राहक, गर्भाशय सङ्कोचक, अग्नि-उद्दीपक, पाचक, कलेजो-फुफ्फुसपुष्टिकर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले धातुरोग, अर्श, रक्तार्श, ज्वर, कुष्ठ, कृमि, रक्तपित्त, ज्वरातिसार, प्रवाहिका, प्रदर, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, आउँ-पखाला, राजयक्ष्मा, जलोदर, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४३५. इन्दुपर्णी, पानजीरीपात, अजमानु-पत्र, Thick Lavender Plant, *Anisochilus carnosus* (Family : Lamiaceae)



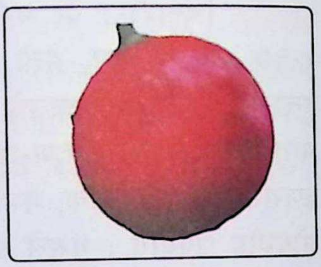
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लुलो ५-१० फिट अग्लो, पातलो कमजोर डाँठ भएको, मुलायम पात लामो-गोलो दन्तुर, सेतो-निलो रङगको फूल फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू लाग्छन् र बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो, परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुस उत्तेजक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, स्वेदकारक, चर्मरोगहर, कण्ठशुद्धिकर, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी, दम, पिनास, गला-घाँटीको समस्या, जलोदर, फोक्सोशोथ, पसिना नआउने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, टन्सिल, चर्मरोग, राजयक्ष्मा, नसासम्बन्धी रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चटनी/मसला/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, पात/फूल १-२ वटा ३-५ पटक ।

**४३६. इन्द्रकी, इन्द्रूकी, इन्द्रजित, इन्द्रबुटी, Ipecacuanha Plant, Amoebic Dysentery Plant, Ipecac, *Carapichea ipecacuanha*** (Family : Rubiaceae)



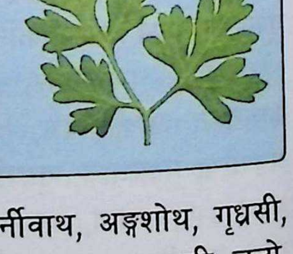
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चम्चाकार लाम्चो पात मुलायम भुपुक्कै, मञ्जरीमा सेतो फुल्ने, गोलाकार फल हरियो, पाकेपछि रातो वर्णभित्र तेलीय बीजहरू, जरा बेलनाकार बाक्लो बोक्रा, गाँठा परेका जरा माटो रङभित्र सेतो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कृमिमारक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, उदररोग उपयोगी, मधुमेह र रक्तचापमा लाभदायक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आउँ-पखाला, रक्तातिसार, पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, अम्लपित्त, कमलपित्त, मुखसुक्ने, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तविकार, कृमि, कलेजोरोग, उदरशूल, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पञ्चाङ्गभस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, जरा टुक्रा साना १-२ वटा २-३ पटक ।

**४३७. इन्द्रायण रातो, मृगाक्षी, महाकाल, लौकीगद, लालइन्द्रायण, इन्द्रेणी रातो, Mahakal, Red Indrayan, *Trichosanthes palmata*** (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाल भ्याङ धेरै फल्ने लहरो, पात ३-७ कोणीय फराकिला, फूल सेतो, गोलाकार पाकेपछि रातो फलभित्र कालो तेलीय बीज र गुदी, जरामा कैयौँ कन्दहरू हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म :** यो गर्भस्रावक, उत्तेजक, तीक्ष्णविरेचक, चर्मरोगहर, वमनकारक, कृमिमारक, कफनाशक, व्रणरोपक, शोथघ्न, अर्बुदहर, वेदनाशामक, कुष्ठघ्न, ज्वरघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मूढगर्भ, खतरा कब्जियत, पुरानी अर्श, अर्बुदको गाँठो, पेटका अंकुसेलगायत समस्त जुकाहरू, ज्वर, कफवृद्धि, दर्द-पीडा, सुन्निएको, पुरानो घाउ, गिर्खा, दुबी, कुष्ठ, दाद इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । यसलाई पञ्चगव्यमा शोधन-मारण-मर्दन-घर्षण गरी प्रयोग गर्नुपर्छ । मात्रा अधिक र लामो समय सेवन बर्जित छ । **मात्रा :** भस्म चौथाइ ग्राम, क्षार १-३ चामल जति, काँढापानी १ मुख, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. २-३ पटक ।

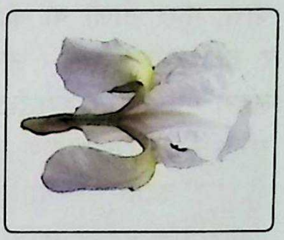
**४३८. इत्तरी, आत्तरीलाल, तुष्मखिलाले,खलिल, Chervil Plant, Trishul Parsley, *Anthriscus cerefolium*** (Family : Apiaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ । यो वर्षायु ४०-८० से.मि. अग्लो, संयुत पात त्रिशूलाकार, सेतो फुल्ने, फल लाम्चो-भालाकार फलभित्र लाम्चो चुच्चो कालो तेलीय बीजहरू, पात संयुक्त छिन्नभिन्न डालीमा लाम्चो, पुरै बिरुवा बास्नादार हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, मूत्रल, रजस्रावप्रवर्तक, गर्भघातक, अग्नि-उद्दीपक, व्रणरोपक, मेदहर, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, स्वेदजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी, मूत्ररोग, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, पेट डम्म-ढुस्स हुने, आमवात, कुष्ठ, दाद, दुबी, लुत्तो,

दादुरा, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, जलोदर, क्षयरोग, पसिना नआउने, नसारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, चटनी/मसला ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ४३९. ईरसा, धनुषपुष्पी, सौसन, सौसने, Oris Root Plant, Glaive Lily, German Iris, Florentine Iris, *Iris florentina* (Family : Iridaceae)



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो सानो वनस्पति, गाँठदार, पात भालाकार, पुष्प निलो-सेतो, धेरै हाँगाबिँगा लहराभैंँ फैलिन्छ । बीचमा एक डाली निस्कन्छ त्यसमा एक तना हुन्छ । यसैमा पात र फूलहरूको बाला-गुच्छामा रहन्छन् । सेतो रङमा फुल्ने ठूलो, जड चेप्टो बास्नादार टेडो हुन्छ । यसको जरा उष्ण स्वभावको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, हाडको रोगमा उपयोगी, व्रणरोपक, हृदयबलकारक, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, रजःवीर्यजनक, मृदुरेचक, अग्निकारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जराले वीर्यदोष, टुटेफुटेको हाड, पुरानो घाउ, स्नायुतन्तहरूको कमजोरी, सन्धिशूल, गृध्रसीवात, रगतको कमी, हृदयरोग, मन्दाग्नि, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ५० र अर्क २० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४४०. इन्द्रजौ सानोपाते, कुटजी, सूक्ष्मपत्रक, इन्द्रजौ, Small Leaved Conessi Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, काष्ठसार सेतो, सानो लाम्चो पाते, दूधे, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पतझर, लामा कोसामा भित्र भुवा र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का तितो- धेरै टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तचाप घटाउ, पत्थरीहर, पेटको रोग र सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, क्रिमिमारक, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक, मधुमेहहर मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : बोक्रा, बीज र पात । यसको स्वभाव ठण्डा र स्वाद तीतो हुन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, दाँतको दर्द, उच्चरक्तचाप, पित्तवृद्धि, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, स्तनअर्बुद, मोटोपन, पेटका जुका, पेटपोल्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा २ पटक ।

### ४४१. इन्द्रजौस्त्री, कुटजस्त्री, श्वेतइन्द्रयव, दूधकरैया, Woman Conessi Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, काष्ठसार सेतो, चेप्टो लाम्चो पात, दूधे, टेढा हाँगाबिँगाहरू, पतझर, लामा कोसामा भित्र भुवा र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का तितो- धेरै टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तचाप घटाउ, पत्थरीहर, पेटको रोग र सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, कृमिमारक, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक, मधुमेहहर मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : बोक्रा, बीज र पात । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, दाँतको दर्द, उच्चरक्तचाप, पित्तवृद्धि, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, स्तनअर्बुद, मोटोपन, पेटका जुका, पेट पोल्ने,

घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा २ पटक ।

**४४२. इन्द्रेणी-काली, कालनारायण, इन्द्रनारायण, Black Narayana Plant, *Trichosanthes* sp.** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो बेलो उष्ण तथा समशीतोष्णमा पाइन्छ । यो विशाललता, फराकिलो परेको पात पाँच चोसे, फूल नीलो वा केही कालो रङको, अण्डाकार फलभित्र काला तेलीयदाना र गुदी हुन्छ । यसको जरा र डाँठ कालो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, डाँठ र बीजको गुदी । असोज-मंसिरमा फल पाक्छ र लहरा पनि सुकेर हराउँछ । जरा सदा खोज्दा मिल्छ । तन्त्र-मन्त्र विज्ञानका साधकले ज्योतिषविधिका अनुसार सङ्कलन गर्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिघ्न, विषनाशक, अर्बुहर, त्रिदोषशामक, शोथघ्न, चर्मरोगनाशक, ज्वरघ्न, दर्दहर, गर्भघातक मानिन्छ । स्वाद तीतो-टर्रो-कोक्याउने । स्वभाव उष्ण-शामक । **औषधीय उपयोग** : यसले एचआईभी/एड्स, यौनरोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, विषदोष, संक्रमणकारीरोग, त्रिदोषजविकार, असाध्य-महारोग, आमवात, जोर्नीवाथ, कटिवात, पक्षाघात, दुबी, दाद, कुष्ठ इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । बीजभित्रको देउली चटनी बनाएर खाने प्रचलन छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो/स्वरस आधा-एक ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि. २-३ पटक ।

**४४३. इन्द्रजौ कालो, वनखीरा, कृष्णकटुज, कुडैया, कुडा, कालोखिर्रो, कुरौ, Black Conessi Bark Plant, Krishna Indrayab, *Holarrhena pubescens*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, बोक्रा कालोभित्र केही काला-फुस्रा हाँगाहरू फैलिएका, पात लामो-आयाताकार, पतझर, ढकमक्कै गाढा सेतो फुल्ने, कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ । लामा कोसामा फलभित्र नरमभुवा र २०-३० जौसमान तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद धेरै तीतो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तविकारनाशक, पित्तघ्न, कफनिस्सारक, उदररोगमा हितकारी, यकृतपुष्टिकर, जन्तुघ्न, व्रणरोपक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, दाद, रक्तस्राव, मोटोपन, हैजा, कफग्रस्त दम-खोकी, अर्श, कृमि, पित्तवृद्धि, पत्थरी, ठूलो पेट, कफपित्तज्वर, मोटोपन, विषप्रभाव, संक्रमणकारी रोग, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० अरिष्ट/आसव १०-३० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, पात १-२ वटा, फूल १-३ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा, बीज ३-५ वटा, २-३ पटक । यसको भुवा खतरा घाउमा राख्दा छिटो लाभ पुर्‍याउँछ ।

**४४४. इन्द्रजौ विनादूधे मीठो, मीठाकपार, मधुरकुटज, दूधकरैया, भद्रयव, Without Milky Sweet Indrajou, Kurchi, *Wrightia arborea*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो १८०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पतझर, पुष्पश्वेतवर्ण हल्का बास्नादार, काण्डत्वक बाहिर खैरो-खराने भित्र सेतो, फराकिलो पात लामो टुप्पो चुच्चो परेको, लामो कोसाभित्र भुवा र जौसमान २५-३० वटा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज ।

यसको स्वाद हल्का तितो-टर्रो खाएपछि मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, अर्बुदहर, स्तम्भक, मेदहर, कलेजो पुष्टिकर, कृमिमारक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, पित्तकफहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, अर्बुद, मोटोपन, हैजा, अर्श, कृमि, कलेजोरोग, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, प्रदर, प्रमेह, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, ज्वर, शूल, दम, खोकी, क्षय, रक्तविकार, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., पात १ वटा, दूध ३-५ थोपा, बीज ३-५ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा, भस्म/खोटो/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ४४५. इन्द्रगाईजौ, गौइन्द्रयव, गौइन्द्रयव, Cow Indrayaba, Conessi Cow Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो घाँसेरूख ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, हाँगाबिँगाहरू भएको, पतझर, लामा-चुच्चे कोसामा भित्र भुवा र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यो कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ। यसको कोसाभित्रको भुवा पुरानो घाउमा पट्टी बाँध्ने र शल्यक्रियामा उपयोगी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, बीज र भुवा। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त-कषाय हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपोषक, उदररोग उपयोगी, स्तम्भक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मेदहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, कफहर, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, ज्वर, अर्श, आउँ-पखाला, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कृमि, गानो, शूल, दम-खोकी, हैजा, रक्तस्राव, रक्तातिसार, यौनरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., पात/फूल १-२ वटा, बीज २-५ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा, खोटो/फूल १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ४४६. इन्द्रेणी विशाल, महेन्द्रवारुणी, महाकाल, Indrenii Big Creeper, *Trichosanthes tricuspidata*

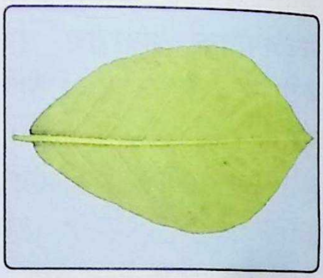
(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको सुक्खास्थान बलौटे-ढुङ्गयान माटोमा पाइन्छ। यो विशाल भ्याङ १००-३०० फिट लामो, भुइँ वा वृक्षहरूमा फैलिन्छ, पात पञ्जाकार पाँचचोसे, थुङ्गामा सेतो फुल्ने सानो र ठूलो पुष्प, फल गोलाकार हरियो, पाक्नेबेलामा पहेँलो र परिपक्व भएपछि रातो वर्णभित्र गुदी र काला तेलीय बीजहरू, जरामा सात गाँठाहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल, फूल र फल। यसको स्वभाव विषतुल्य र स्वाद कोक्याउने, तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, गर्भाशयोत्तेजक, विरेचक, गर्भपातक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, अर्बुदहर, कृमिघ्न, चर्मरोगहर, विषघ्न, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफपित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, दुबी, यौनरोग, मूढगर्भ, घाउ-खटिरा, बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, सुन्निने, दुख्ने, पेटका समस्त कृमि, अर्श, कब्ज, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको ताजा पात लेपन-लगाउने-दलिरहने गर्दा छाला रोगबाट छुटकारा मिल्छ। यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस गर्दा वातव्याधिमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : मूल/फूल/बीजचूर्ण ३-५ रत्ती, सर्वाङ्ग अर्क २० र तेल १० र क्वाथ ४० मि.लि., पञ्चाङ्ग भस्म/खोटो आधा-एक ग्राम ३-५ पटक।

### ४४७. इन्द्रायण काँडादार, ऐन्द्री, काकादिनी, Needle Indrayan, Yandri Plant

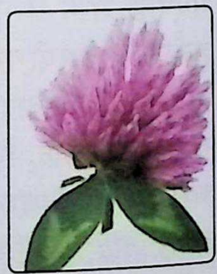
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो क्षारीय बलौटे माटोमा धेरै मिल्छ । अति गर्मीमा सदाबहार हुन्छ भने अन्यत्र वर्षादमा मात्र पैदा हुन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरा, कण्टकदार, रौंदार, फराकिलो पात लामो ३-५ भागहरूमा विभक्त, फूल पहेँलो, नर र मादापुष्प एउटै हाँगामा, फल लम्बगोल पाकेपछि पहेँला फलभित्र तेलीय बीजहरू र गुदी रसदार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो-कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रेचक, मूत्रल, मेदहर, रक्तशोधक, वामक, विषघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर, शिरोविरेचक, व्रणरोपक, यौनरोगहर, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, वातव्याधिहर, धातु-उपधातु शोधक-मारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, अर्बुद, जीर्ण घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, अपचन, शूल, उदरकृमि, ज्वर, दाह, गानो, खतरा कब्ज, प्राणीज विषप्रभाव, दाद, दुबी, कुष्ठ, आमवात, कटिवात, गृध्रसी, अण्डकोशवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : यसको सर्वाङ्गलाई घिउ/तेलमा पकाएर डढाई छानीकन मालिस गर्नुपर्छ । शुद्ध गरिएकोलाई चूर्ण/लेदो १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी २-३ पटक ।

### ४४८. इपिका, अपिका, इर्कज्जहव, Hippo, Ipecac Root, *Carapichea ipecacuanha* (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हावापानी र उमेरअनुसार बोटको रङ बदलिन्छ । यो सानो बुट्यान, पात असुरोसमान लाम्चो-फराकिलो, फूल प्याजभैँ सेतो, पहेँलो केशर भएको, फूल छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा खैरो/सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, श्लेष्मनिस्सारक, वामक, उत्तेजक, पाचक, कृमिमारक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, मेदहर, शिरोविरेचक, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, फोक्सोरोगमा हितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, नाक बन्द, मोटोपन, कलेजोरोग, ज्वर, कामला, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, आउँ-पखाला, आमाशय र पक्वाशयको खराबी, उदररोग, जलोदर, क्षयरोग, अपस्मार, मृगी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० अरिष्ट/आसव १०-२० मि.लि., खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा३-५ पटक ।

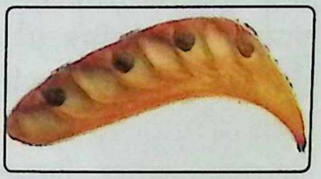
### ४४९. इस्तिपस्त पुनर्नवापत्ते, इस्पस्तरतवा, मरिचपुनर्नवापत्ते, Red Clover Flower, *Trifolium pratense* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, तीनपाते बाटुलो, पुनर्नवा पत्तासमान चिल्लो, फूल लालिमायुक्त रातो वा सेतो/गुलाबी/सुनौलो लामो-टेडो फलभित्र गोलाकार केही चेप्टो परपराउने स्वादका तेलीय बीज हुन्छन् । यसको बीजलाई कालीमरिचसमान प्रयोग गरिन्छ । यसको कलिलोमा साग खाने प्रचलन छ । ताजा साग विरेचक र सुकेपछि मलअवरोधक भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव ताजामा शीतल र सुकेपछि बीजसहित उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, अर्शोघ्न, पेटको रोगमा लाभदायक, बलकारक, पुष्टिकर, हृदयहितकारी, शोथघ्न, केशरक्षक, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, श्वासरोग, जलोदर, कम्पवात, सुजाक, पक्षाघात, कटिवात, अङ्गशोथ, कफवृद्धि, मुखको कालो दाग, चाउरी परेको गाला, अर्श, उदररोग, अर्श, रजःवीर्यदोष, मुटुरोग, कुपोषण, शारीरिक

दुर्बलता, कपाल झर्ने, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, वटी २-३ वटा, चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ४५०. इरुल, यरुल, Irul Tree, *Xylia xylocarpa* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, दुवैतिर गएको लाम्चो-ठूलो संयुक्त पात, लामो पुष्पदण्डमा हरियो-पहेँलो/सेतो फुल्ने, लामो कोसामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, उदररोगमा लाभदायक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, गानो, पेटको शूल, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, त्वचाविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० र बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, फल १-२ वटा, ३-५ पटक ।

### ४५१. इन्द्रधनुषपुष्पी पहेँलो लता, ईरसा, सोसन, Yellow Flower Orris Plant, *Iris versicolor* (Family : Iridaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो ३००० मिटरसम्ममा मिल्छ । यो लता फैलिन्छ, जरा चेप्टो-टेडो र गाँठदार पहेँलो रङको फुल्छ, प्रत्येक फूलमा ३/३ पखेटा पातलो बास्नादार, पात मोटो दलदार-भालाकार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण, स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, धातुपरिवर्तक, रक्तशोधक, मूत्रल, रेचक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, गर्भाशय सङ्कोचक, पत्थरीहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, रक्तरोग, कफग्रस्त दम-खोकी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, गर्भाशयरोग, स्मरणशक्तिह्रास, स्वप्नदोष, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, अर्श, कामला, पित्तप्रकोप, कलेजो/फोक्सो रोग, जलोदर, क्षयरोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/सत्व/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४५२. इन्द्रप्रभा, इन्द्रेणी सुनगाभा, Pain Relief Indraprava, Orchid Indra Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका पुराना वृक्षहरूमा उम्रन्छ र सर्वत्र पाइन्छ । यो सुनाखरीकै प्रजातिमा पर्छ यो आधा-एक फिट लामो हाँगाहरू/काण्डमा उम्रन्छ र बढ्छ, पात लामो बेलनाकार, इन्द्रेणी रङमा फुल्छ, साना अण्डाकार फलभित्र मसिना पहेँलो बीज हुन्छन् । स्वाद चिप्लो-मीठो हल्का टर्रो र स्वाभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पीडानाशक, मेद-मज्जा उत्पन्नकर, वातव्याधिहर, बलवर्द्धक, हाडरक्षक, मलमूत्ररेचक, शोथनाशक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, मलमूत्रशोधक, वेदनाशामक, अस्थिपुष्टिकर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्नायुतन्तु-नसारोग, पेटको गडबडी, हाडढाड दुख्ने, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि, कब्ज, मूत्रकृच्छ्र, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, हृदयरोग, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, ठोक्किएको-मर्किएको, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो पार्छ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, १/१ माना काँढापानी, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक । यसको टुक्रा चुस्नाले अतिशीघ्र सन्चो गराउँछ र निरोग राख्छ ।

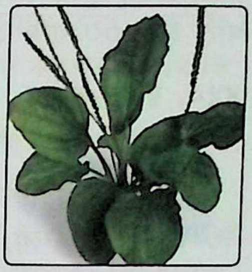
## ४५३. इसबगोल, ईषद्गोलम्, बुढक एणुर, Tharam (Am), Ripple Grass Seed, *Plantago ovata* (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, भालाकार पत्ता लामो धानझैं, हाँगाबिँगा नभएको सिधा डालीमा गहुँसमान बाला हुन्छ । यसभित्र धेरै बीज र मसिना सेता झिल्ली हुन्छन् । युनानीग्रन्थमा हजारौंवर्ष पहिलेदेखि अरबी र पर्सियन लेखक/हकिम-वैद्यहरूले इसबगोलभुसीको वर्णन गर्दै आएका हुन् । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मलमूत्र शुद्धीकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, पाचक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको, अर्श, रक्तातिसार र आउँ-पखाला, फुलेको-ढाडिएको मल ननिक्लेको आदि सन्चो गराउँछ । पाचनप्रणालीको तीव्रता बढाउँछ । पेटको आन्द्राहरूलाई मुलायम गर्ने, सुकेको मल निकाल्ने, कब्ज खुलाउने, पेटबाट दिसा पूरै निकाली आन्द्रा शुद्ध राख्ने, आन्द्राको घाउलाई ठीक पार्ने सानो आन्द्रामा मल अवरुद्ध हुँदा सुकेर पत्थरी बन्दा भुस अमृतकारी हुन्छ । **खाने सामान्य तरिका :** यसको बीजलाई निफनेर धूलोमूलो हटाई चालेर सफा पारी २-३ पटक पानीमा धोई १०-२० ग्राम आधाघण्टा भिजाएर मनतातो दूध/पानीसँग सुत्नेबेलामा बेलुकी ९ बजे र बिहान ५ बजेतिर खाँदा पाचन-प्रणालीबाट ३-५ घण्टामा गाँठो परेर दुर्गन्धित मल निस्कन्छ । १-२ लिटर पानीमा ३-१० ग्राम र ठूलोपेटलाई १०-३० ग्रामसम्म सक्खर १०-२० ग्राम मिलाएर उमालेर राखी प्रत्येक ३/३ घण्टामा ५ पटक खाँदा विशेष लाभ पुऱ्याउँछ ।

## ४५४. इसबगोलभुसी, ईषद्गोलम्, बुढकएणुर छाल, Tharam (Am), Ripple Grass Seedcover Plant, *Plantago ovata* (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, भालाकार पत्ता लामो धानझैं, हाँगाबिँगा नभएको सिधा डालीमा गहुँसमान बाला हुन्छ । यसभित्र धेरै बीज र यसमा मसिना सेता झिल्ली निस्कन्छ जसलाई इसवगोलभुसी भनिन्छ । युनानिग्रन्थका अनुसार हजारौंवर्ष पहिलेदेखि अरबी र पर्सियन लेखक/हकिम-वैद्यहरूले इसवगोलभुसीको वर्णन गर्दै आएका हुन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धीकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, पाचक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको, अर्श, रक्तातिसार, आउँ-पखाला, फुलेको-ढाडिएको मल ननिक्लेको आदि सन्चो गराउँछ । पाचनप्रणालीको सक्रियता बढाउँछ । पेटको आन्द्राहरूलाई मुलायम गर्ने, सुकेको मल निकाल्ने, कब्ज खुलाउने, पेटबाट दिसा पूरै निकाली आन्द्रा शुद्ध राख्ने, आन्द्राको घाउलाई ठीक पार्ने सानो आन्द्रामा मल अवरुद्ध हुँदा सुकेर पत्थरी बन्दा भुस अमृतकारी हुन्छ । **खाने सामान्य तरिका** : यसको बीजलाई निफनेर मैलो हटाई चालेर सफा पारी २-३ पटक पानीमा धोई १०-२० ग्राम आधाघण्टा भिजाएर मनमनतातो दूध/पानीसँग सुत्ने बेलामा बेलुकी ९ बजे र बिहान ५ बजेतिर खाँदा पाचन-प्रणालीबाट ३-५ घण्टामा गाँठो दुर्गन्धित मल निस्कन्छ । १-२ लिटर पानीमा ३-१० ग्राम र ठूलोपेटलाई १०-३० ग्रामसम्म सक्खर १०-२० ग्राम मिलाएर उमालेर राखी प्रत्येक ३/३ घण्टामा ५ पटक खाँदा विशेष लाभ पुऱ्याउँछ ।

### ४५५. इसबगोलसानो, स्निग्धबीजम्, Isapgolseeds Plant, Plantain–Blond Psyllium, *Plantago major* (Family : Plantaginaceae)

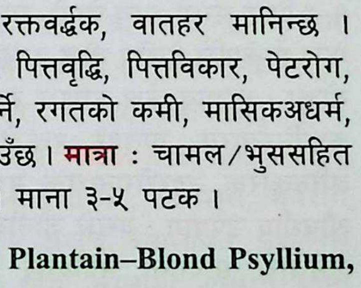


**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र हरेक हावापानी पाइन्छ । यो स्थान अनुसार सदा प्रशस्त भेटिन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात भालाकार बालामा सधैं फुल्ने र फल्ने, लामो समयसम्म गेडा झर्दैन र सदा बीज खोज्न सकिन्छ । पात, काण्डको जोर्नीबाट सेतो फुल्छ, बाला-झुप्पाभित्र सेता बीजहरू पाक्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कब्जहर, मूत्रल, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक, स्मरणशक्तिदायक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कामला, ज्वर, पाचनप्रणाली शिथिल, पित्तवृद्धि, पित्तविकार, पेटरोग, सुक्खा कब्जियत, आउँरक्त, अतिसार, आँखारोग, मूत्रकृच्छ्र, गोटा पर्ने, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मृगी, उन्माद-पागलपन, हृदय/मिर्गौलासुक्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चामल/भुससहित ३-१० ग्राम, पातको साग तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ४५६. इसबगोल भुसेसानो, भुसेधान, रोमशस्निग्धबीजम्, Hairy Isapgolseeds, Plantain–Blond Psyllium, *Plantago major* (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो स्थान अनुसार सदा प्रशस्त भेटिन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, रौंदार झुसे, बालामा सदा फुल्ने र फल्ने, लामो समयसम्म गेडा झर्दैन र सदा बीज खोज्न सकिन्छ । लाम्चो पात, काण्डको जोर्नीबाट सेतो फुल्छ, बाला-झुप्पाभित्र सेता बीजहरू पाक्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कब्जहर, मूत्रल, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक, स्मरणशक्तिदायक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कामला, ज्वर, पाचनप्रणाली शिथिल, पित्तवृद्धि, पित्तविकार, पेटरोग, सुक्खा कोष्ठबद्ध-कब्जियत, आउँरक्त, अतिसार, आँखारोग, मूत्रकृच्छ्र, गोटा पर्ने, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मृगी, उन्माद-पागलपन, हृदय/मिर्गौलासुक्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चामल/भुससहित ३-१० ग्राम, साग तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ४५७. इसबगोल सानो चामले, श्वेतस्निग्धबीजम्, Isapgol White Seeds, Plantain–Blond Psyllium, *Plantago major* (Family : Plantaginaceae)



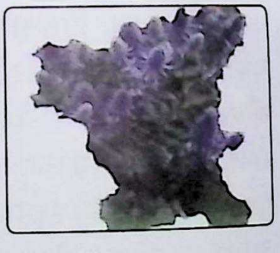
**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो स्थानअनुसार सदा प्रशस्त भेटिन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, रेखाकार पात चेप्टो, काण्डको जोर्नीबाट सेतो फुल्छ, बालामा नयाँ पलाएर सधैं फुल्ने र फल्ने, लामो समयसम्म गेडा झर्दैन र सदा बीज खोज्न र खान सकिन्छ । यो बाला-झुप्पाभित्र सेता बीजहरू पाक्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पाचनशक्ति बलदायक, कब्जहर, मूत्रल, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक, स्मरणदायक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, वातहर

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कामला, ज्वर, पाचनप्रणाली शिथिल, पित्तवृद्धि, पित्तविकार, पेटरोग, सुक्खा कब्जियत, आउँरक्त, अतिसार, आँखारोग, मूत्रकृच्छ्र, गोटा पर्ने, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मृगी, उन्माद-पागलपन, हृदय/मिर्गौलासुक्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चामल ३-१० ग्राम, भात ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**४५८. इपिल-इपिल, अपिलवृक्ष, Lead Treegrass, White Popinac Plant, *Leucaena leucocephala*** (Family : Fabaceae)

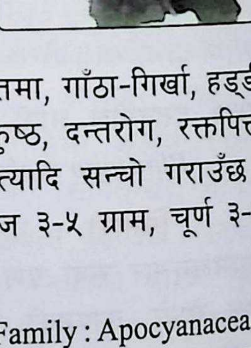
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, घाँसेरूख डालीमा पात दोहोरो-दुवैतर्फ गएका साना, फूल नौनीरङको सेतो प्वाँखे गोलाकार, फल लामो टाटा सुकिलो कोसाभित्र चेप्टा चम्किला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो, हल्का तितो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, बोक्रा, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तदोषहर, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, पित्तनाशक, मृदुरेचक, वातव्याधिहर, अग्निकारक, पुष्टिकर, कफनिस्सारक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि, कब्ज, अर्श, मासिकअधर्म, प्रदर, उदररोग, जोर्नीवाथ, आमवात, मधुमेह, रक्तस्राव, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, पेट पोल्ने-दुख्ने, दम-खोकी, रक्तरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/ लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., खोटो/चोप १-३ ग्राम, बीज ५-१० वटा, तेल १०-२० थोपा, भुटेको बीज धूलो ५-१० ग्राम, पात/फूल ३-५ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

**४५९. इति, नीरइति, Blue Eryngo, Blue Glitter, Sea Holy Herb, *Eryngium planum*** (Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी वा समन्द्री तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, टुप्पोमा फूल नीलो फुल्ने नीलोथुँगा, जरा खैरो, काँडादार फल पाकेपछि तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल, बीज र बोक्रा । स्वभाव फल उष्ण र स्वाद फल तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रेचक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, कटिवात, गृध्रसी, अङ्गशोथ, श्वास धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा, हड्डी कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदरकृमि, दाद, दुबी, कुष्ठ, दन्तरोग, रक्तपित्त, रक्तविकार, चर्मरोग, पाचनशक्ति कमजोर, मेरुदण्डरोग, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, मालिस ३-५ पटक ।

**४६०. इतिलता, इन्दीवरा, दूरे, बोके दुधेली, Pergularia Creeper, *Pergularia daemia*** (Family : Apocyanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लता बहुवर्षायु, धेरै फैलिने लहरो सेतो रौँले व्याप्त, दूधे, हाँगाहरू परस्पर जोडिएका, पात गुर्जोसमान आमुन्ने-सामुन्ने चेप्टो, खैरो वा सेतो फुल्ने, फल २-३ अङ्गुल लामो चुच्चो भएको भित्र तेलीयबीजहरू चेप्टा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो

पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, कृमिमारक, मेदहर, वामक, व्रणरोपक, विषघ्न, मूत्रल, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, अर्बुदहर, यकृतपोषक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद, छालाको रोग, श्वासरोग, पेटका कृमि, घाउ-खटिरा, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिसहरू, ग्यास्ट्रिक, अर्श, मोटोपन, पेट पोल्ने, आउँ-पखाला, मधुमेह, प्रमेह, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ र पात १-२ वटा, बीज २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४६१. इमली फूल, इन्तजारपुष्प, अमिली सानो, Waiting Flower Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, रातो फुल्ने, काण्डको बोक्रामा पाट निस्कन्छ, फल कोसा रातो वर्णको भित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो बीज टर्रो-मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, औडाहा-चञ्चलता, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसमा भिटामिन 'सी' हुन्छ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, काच्चो पात ५-१० ग्राम, हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ४६२. इन्द्रबेली धान, Indra Beli Dhan, Indra Rice

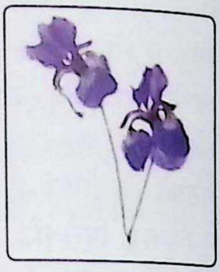
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो पानी लाग्ने गैरी अव्बल तथा सिमखेतमा धेरै फल्छ, यो धानलाई पहाडी जिल्लाहरूमा गुनिलो अन्न भनिन्छ । यो धान असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । यो सेतो डल्लो दानामा कालो नाथ्री भएको धान बास्नादार हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो-भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने, बालामा बीज, धानभित्र सेतो चामल हुन्छ, भुत्तोमा फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, टुँणो र जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, उदरशूल, अर्श, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही-चामल/भात ५०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक ।

### ४६३. इमोग नाग पो (अम्जी), पिनासे लहरो पहेँलो, Pinaase Creeper, *Clematis tibetana* (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट लामो झ्याङ, सदा हराभरा रहने, पात मसिनो लाम्चो, पहेँलो फूलभित्र सेता जुँगा, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीज, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो टर्रो र पीरो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, शोथघ्न, चर्मरोगहर, मेदहर

मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, शिथिलफोक्सो, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, स्नायुवात, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १०मि.लि. ३-५ पटक।

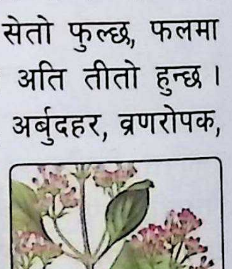
### ४६४. इन्द्रधनुषपुष्पी, इरसा, **Indradhanus Flower,** ***Iris florentina*** (Family : Iridaceae)



**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरामा गानो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद केही तितो टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, दम खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, शिथिल हुने फोक्सो, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, स्नायुवात, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी गिलास, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी १-२, अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### ४६५. इन्द्रजीतवृक्ष, किंकिण, कुनैन, **Quinine Plant,** ***Cinchona pubescens*** (Family : Rubiaceae)

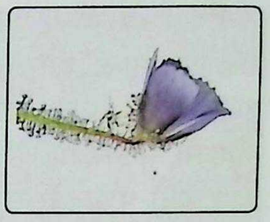
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, बोक्रा रातो, चेप्टो पात फराकिलो चुच्चो, फूल झुप्पामा सिन्दुरे पुष्पदण्डनलीमा सेतो फुल्छ, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृत पुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको बिबिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, कलेजो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, पेटका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।



### ४६६. इन्द्रधनुषी, **Rainbow Plant,** ***Byblis*** **sp.** (Family : Lamiaceae)

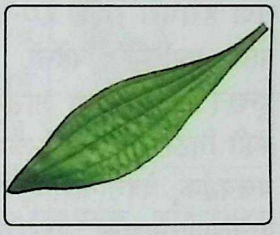
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो मांसाहारी वनस्पति हो। यो २-३ फिट लामो लहरो, सुइरे पात, फूल बैजनी फुल्छ, अण्डाकार फलमा तेलीय बीजहरू

हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातनाशक, पत्थरीहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, फोका-बिबिरा, ज्वर, रक्तविकार, फोक्सो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, रक्तचाप, पेटका घाउ-खटिरा, बिमिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।



### ४६७. इस्मगोल लम्पाते, इसवगोल, Ribwort Plaintain Lamb's Tongue Plant, *Plantago Lanceolata*

(Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा १५००-३५०० मिटरसम्म पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, रोमश पात लामो आयाताकार चुच्चे भालाकार, फूल काण्डको टुप्पोमा खैरो र केशर सेतो फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू गहुँसमान बोक्रा सेता लाग्छन् जसलाई इसवगोलभुसी भनिन्छ । युनानीग्रन्थमा हजारौंवर्ष पहिलेदेखि अरबी र पर्सियन लेखक/हकिम-वैद्यहरूले इसवगोलभुसीको वर्णन गर्दै आएका छन् । यो मलमूत्र शुद्धीकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, पाचक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको, अर्श, रक्तातिसार र आउँ-पखाला, फुलेको-ढाडिएको मल ननिक्लेको आदि सन्चो गराउँछ । पाचनप्रणालीको तीव्रता बढाउँछ । पेटको आन्द्राहरूलाई मुलायम गर्ने, सुकेको मल निकाल्ने, कब्ज खुलाउने, पेटबाट दिसा पूरै निकाली आन्द्रा शुद्ध राख्ने, आन्द्राको घाउलाई ठीक पार्ने सानो आन्द्रामा मल अवरुद्ध हुँदा सुकेर पत्थरी बन्दा भुस अमृतकारी हुन्छ । **खाने सामान्य तरिका** : यसको बीजलाई निफनेर धूलोमूलो हटाई चालेर सफा पारी २-३ पटक पानीमा धोई १०-२० ग्राम आधाघन्टा भिजाएर मनमनतातो दूध/पानीसँग सुत्ने बेलामा बेलुकी ९ बजे र बिहान ५ बजेतिर खाँदा पाचन-प्रणालीबाट ३-५ घण्टामा गाँठो परेर दुर्गन्धित मल निस्कन्छ । १-२ लिटर पानीमा १०-२० ग्राम ठूलो पेटलाई ३०-५० ग्रामसम्म सक्खर १०-२० ग्राम मिलाएर उमालेर राखी प्रत्येक ३/३ घण्टामा ५ पटक खाँदा विशेष लाभ पुऱ्याउँछ ।

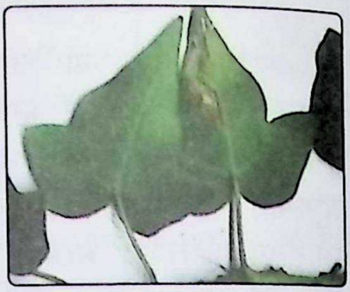
### ४६८. इसबगोल रातो गेडा हिमाली, मुगाझैं फल्ने धाराम (Am), Himalayan Isabgol, *Plantago depressa*

(Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २५००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, यो भुइँबाटै निक्लेका चम्चाकार पात लाम्चो, फुल्ने डाँठ केही उँचो मुगासमान फुल्छ । पात लाम्चो चम्चाकार, भुवादार, फूल खैरो सेतो पहेंलो बालामा फुल्ने, फल मुगाझैं पाकेपछि गहुँजस्तै बीजहरू लाग्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव बीज उष्ण अन्यभाग शीतल र स्वाद बीज मीठो अन्यभाग अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक,

रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, स्मरणशक्तिदायक, मानसिकरोगहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, दुख्ने, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, ज्वर, छालाका रोग, कुष्ठ, मधुमेह, पत्थरी रक्तदोष, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कब्ज, सङ्कुचन, वीर्यरोग, पेटको घाउ-अल्सर, अर्बुद, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज १-२ ग्राम, जरा-पत्रकस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-५ वटा, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ४६९. ईशलता, आइभिलहरो, Ivy Plant Wood Vine, *Hedera helix* (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५०-१०० फिट लामो विशाल लहरो, हृदयाकार तीनचोसे पात, हरियो पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो केही मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-आन्द्राको अर्बुद, अग्निमन्द, रक्तविकार, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीरको दुखाइ, रक्तरोग, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पक्षाघात, बाँझोपन, हाड टुटेफुटेको, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने-पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/क्षार १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४७०. ईशलता आयाताकारपाते, आइभिलहरो, Ivy Plant Wood Vine, *Hedera helix* (Family : Araliaceae)

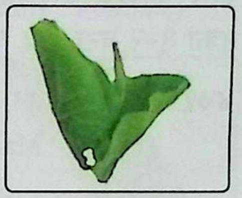
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५०-१०० फिट लामो विशाल लहरो, आयाताकार पात, हरियो पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो-केही मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सङ्कोचक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड टुटेफुटेको, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, आन्द्राको अर्बुद, छालाका समस्या, घाउ-खटिरा, शरीर दुखाइ, अग्निमन्द, रक्तविकार, रक्तरोग, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पक्षाघात, बाँझोपन, दम, खोकी, पिनास, गर्भाशय खस्ने-पाठेघर सुन्निने, हैजा, गानोगोला, आन्द्राको घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/क्षार १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४७१. ईश्वर सुनाखरी, ई श्वरीसुनगाभा, God`s Orchid, Tu Er Lan, Nagi ran, *Cymbidium lancifolium* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो दुर्लभ, भुइँमा सुनाखरी मिल्छ । यो ६०-१०० से.मि.अग्लो, २०-५० पात से.मि. लामो भालाकार, बास्नादार थुँगामा फूल

सेतो वा पहेँलोमा रातो बीचमा टीका, जरा वा सेता वा फुस्रा हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, श्वाशरोगहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दम, खोकी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, श्वाशरोग, मृगौलाशिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस २० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ४७२. ईश्वरी, जराबन्द, **Long Rooted Birthwort Plant,** ***Aristolochia longa*** (Family : Aristolochiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ईश्वरमूलसमान हुन्छ । यो लताको एक पातमा एक फूल, पात मुलायम चेप्टो, फूल सुइरे पहेँलोमा भित्र काला दाग भएका, फलमा तेलीयबीज, जराहरू लामा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमहर, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भपोषक, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, मृदुविरेचक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जीर्णज्वर, कब्ज, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, बाँझोपन, गर्भपात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

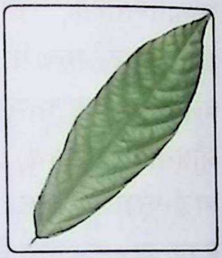
### ४७३. ईश्वरमूल, सर्पजरा, अहिगन्ध, ईश्वरी, हुक्काबेल, **Snake Root Plant,** ***Aristolochia indica*** (Family : Aristolochiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्मको उचाइमा पाइन्छ । यो उष्णताको हर माटोमा उम्रन्छ र धेरै फल्छ । यो एकप्रकारको कमजोर लहरो, फल ठूलो लाम्चोभित्र तेलीयबीजहरू, पात आयाताकार चुच्चे, जरा सर्प आकारको सुगन्धदायक हुन्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद पात र फल मीठो र जरा तितो केही टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग : **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषनिवारक, ऋतुस्रावनिवारक, त्रिदोषशामक, हृदयहितकारी, कृमिमारक, पित्तनाशक, पित्तज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक, वातहर, जलशोषक, मृदुरेचक, मूत्रनिस्सारक, सर्पदंशनाशक, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जलोदर (पेटमा पानी भरिने रोग), हैजा, अतिसार, कमलपित्त, मधुमेह, समस्त वात, कफग्रस्त दम, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, प्रदर, मूत्रकृच्छ्र, कब्ज, अर्श, कृमि, सर्पविष, आमवात आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो आधा-एक चम्चा, काँढापानी १ गिलास, क्वाथ ५० र अर्क ३० तथा तेल २० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४७४. ईश्वरसुनाखरी, ई श्वरीसुनगाभा, God`s Orchid, Tu Er Lan, Nagi ran, *Cymbidium lancifolium* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका १000-३000 मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो दुर्लभ, भुइँमा सुनाखरी मिल्छ । यो ६0-१00 से.मि.अग्लो, २0-५0 पात से.मि. लामो भालाकार, बास्नादार थुँगामा फूल सेतो वा पहेँलोमा रातो बीचमा टीका, जरा वा सेता वा फुस्रा हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, श्वाशरोग हितकारी, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दम, खोकी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, श्वाशरोग, मृगौलाशिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ५-१0 ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५0 र क्वाथ १00 तथा स्वरस २0 र तेल १0 मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ४७५. ईश्वरीयभोजन, कोका, कोको, Cocao Tree, Food Of the God's Butter Plant, *Theobroma cacao* (Family : Malvaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो गर्मीमा धेरै फल्छ। यो ३0-५0 फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो परेको, फूल सेतो-पहेँलो पत्रक हुन्छन्, अण्डाकार बदामी रङको फलभित्र ३-४ तेलीय बीजमा ५0 प्रतिशत घिउ हुन्छ। यो श्वेत-पिताभ वर्णको चिल्लो वृक्ष हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, पोषणशक्तिदायक, स्नायुमण्डल उत्तेजक, अस्थिपोषक, निद्राजनक, सुगन्धदायक, रुचिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त दम, खोकी, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, गृध्रसी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अनिद्रा, उन्माद-पागलपन, अपस्मार, मृगी, टाउको दुख्ने, तनाव, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १0 र अर्क ३0 तथा क्वाथ ५0 मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१0 ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४७६. ईश्वर, कोटगन्धल, राईकुटा, नेभारी, मसालवृक्ष, Torch Tree, *Ixora parviflora* (Family : Rubiaceae)

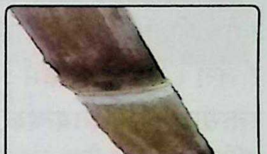
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीका १८00 मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ, पात लाम्चो चुच्चो, यो मझौला रूख, फूल सेतो फुल्छ गुच्छामा लाग्छ, जरा सुगन्धदायक हुन्छ, फलभित्र तेलीय कडा बीज हुन्छ। यसको बोक्रासहितको काठ आगो सल्काएपछि मसाल ज्वाला निस्कन्छ। यसमा तेल रहन्छ। **प्रयोग गरिने अङ्ग :** बोक्रा, फूल। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, रक्तशोधक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, चर्मरोगहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त दम-खोकी, रक्तदोष, मासिकअधर्म, घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात, कुष्ठ, दाद, दुबी, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, रक्तपित्त, लुत्तो, यौनरोग, राजयक्ष्मा, जलोदर, छालाको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १0 र अर्क ३0 तथा क्वाथ ५0 मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१0 ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४७७. उखु ढोडे, सूचीपत्र, इक्षु, ईख, खुम्फी, कनितु, Neddle Leaf Sugarcane, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात सियोसमान चुच्चो भालाकार लामो धारिलो, फुल्छ र जरा गाँजिन्छ-फैलिन्छ । यसको स्वाद गुलियो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र उपजरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीधर्मपालक, आयुर्वर्द्धक, कृशताहर, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, मूत्रकृच्छ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तस्राव, हैजा, दुब्लाउँदै जाने, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, सुकेनाश, स्तनमा दूध नहुनु, वीर्यभेदक नहुनु, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र काण्डस्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खुदो/लेदो-गाढापाक/सक्खर १०-२० ग्राम, गिँड १-३ वटा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४७८. उखु किराँती, कान्तारेक्षु, कान्तार, Thin Cane Plant, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कोसेर जातको उखु हो । यसको आँख्ला धेरै र केही मोटो, नजिक अति निकट गाँठा हुन्छन् । यसको पात लामो भालाकार ५-७ फिट अग्लो, जरा र उपजरा हुन्छन् । यो फुल्छ र परिपक्व पछि रस भरिन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र काण्ड । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, मेदजनक, स्त्रीधर्मपालक, कृश्यहर, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त-सबै हेपाटाइटिस, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कम्पनवात, सुक्खा दम-खोकी, रजःवीर्यदोष, दुब्लाउँदै जाने, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र खुदो/लेदो ३०-५० मि.लि., सक्खर/चिनी १०-२० ग्राम, वटी ३-५ वटा, गिँड १-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ४७९. उखुगेबरा, तापसेक्षु, तापस, Sugarcane Gebra, Tapas Cane Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, काण्ड केही कालो, पात लामो भालाकार चुच्चो, सेतो फुल्छ, जरा-उपजरा हुन्छन्, मूलकाण्ड सिधा माथि जान्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रुचिकर, मूत्रल, अग्निकारक, व्रणरोपक, कफवातशामक, बलकारक, पुष्टिकर, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खुदो/सक्खर १०-३० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा, गिँड १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४८०. उखुगेबरा चिल्लो सानो पहेँलो डाँठ, पीतकाण्ड, Yellow Gebra Small Sugercane

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार चिप्लो, डाँठ पहेँलो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा,

क्वाथ र काण्ड चुस्ने वा रस पिउने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कृशताहर, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, स्वादिष्ठ, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, कामला, सबै हेपाटाइटिस, कलेजोरोग, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, सुक्खा दम-खोकी, दुब्लाउँदै जाने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, सुकेनाश, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गिँड १-३ वटा, रस/काँढापानी/क्वाथ १०० मि.लि., सक्खर १०-२० ग्राम, खुदो २०-३० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ४८१. उखु शतपोरक, खुभ्री, शतपोर ईख, Shatporak Sugarcane, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो कोसेर जातको उखु हो । यसको आँख्ला धेरै बाक्ला हुन्छन् । यो ५-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, चुच्चो, फुल्छ, जरा-उपजरा हुन्छन्, काण्डमा धेरै गाँठा रहन्छन् । यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूलकाण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, वातहर, रसायन, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, ज्वर, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, पत्थरी, तनाव, मानसिकरोग, रक्तस्राव, हैजा, मिर्गौला-मुटु सुक्खा हुँदै जाने, सुकेनाश, आन्द्रा, कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, धातुरोग, दुब्लाउने, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/खुदो/रस/चूर्ण १०-२० ग्राम १-३ गिँण वा गिँड, स्वरससुई २-१० मि.लि., सक्खर/चिनी १०-२० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ४८२. उखु रातो, रक्ततेक्षु, लालईख, Red Sugarcane, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बाहिर काण्डमा रातो वर्णको देखिन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, भालाकारपात लाम्चो चुच्चो, फुल्छ, जरा-उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड, मूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, कृशताहर, बलकारक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, मूत्रल, तृप्तिकारक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यदोष, मिर्गौला-मुटु हितकारी, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, ज्वर, वातरक्त, मूत्राघात, मूत्रकृच्छ्र, दाह, बिस्फोट, दुब्लाउने, अङ्गशोथ, रक्तस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, कामला, अर्श, मुख-जिब्रोका बिबिरा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, मुटु-मिर्गौला सुक्खाराम, सुक्खा दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण वा खुदो-सक्खर १०-२० ग्राम, रस/काँढापानी/झोल १ माना, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ४८३. उखु धेरै साह्रो, वंशक, काली-कडा ईख, Hard Black Sugarcane, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उखु उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो चुच्चो धारिदार, फुल्छ, काण्ड कालो र अति कडा हुन्छ, जरा र उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक,

वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मूत्रल, त्रिदोषशामक, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, अग्निकारक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, रक्तपित्त, पाचनप्रणाली सुक्खाराम, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यरोग, हृदय/मिर्गौला सुक्दै जाने, रक्तस्राव, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, उदरशूल, स्मृतिह्रास, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा क्वाथ १०० र काण्डस्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी/झोल १ माना, सक्खर/चिनी १०-२० ग्राम, खुदो/लेदो ५०-१०० मि.लि., वटी ३-५ वटा, गिँड २-३ वटा ३-५ पटक ।

**४८४. उखु गाँडे कालो, कृष्णकोशकार गन्ना, कोस्यारतु, Kosher Sugarcane, *Saccharum* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कालो गाँडे जातको उखु हो । यो ३-७ फिट अग्लो, काला छोटा गिँड परेको, भालाकार पात लामो चुच्चो-धारीदार, टुप्पामा फुल्छ, फेदमा जरा-उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, तनावहर, अतिश्रमहर, तृप्तिकारक मानिन्छ ।

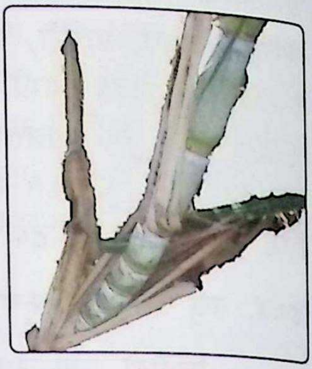
**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो मुखका बिबिरा, मानसिक तनाव, अतिश्रमको पीडा, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई १०-२० मि.लि., खुदो/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, गिँड १-३ वटा, सखर/चिनी ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, लड्डु १-२ वटा ३-५ पटक ।

**४८५. उखु, इक्षु, गान्ना, रिखू, ईख, Sugar Cane Plant, Noble Cane, *Saccharum officinarum*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, लामा भालाकारपात, सेतो फुल्ने, हरियो डाँठ गिँड परेको काण्ड, बीज गोलाकार, मंसिर-फागुनमा फुल्ने र फल्ने बोट काट्ने समय हो । यसको जरामा कैयौँ उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र काण्ड । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, पित्तनाशक, शीतवीर्य, मूत्रकारक, अग्निप्रदायक, बलकारक, तृप्तिकारक, सुकेको कलेजो र मिर्गौलामा उपयोगी, पुनर्योवनदायक, पत्थरीहर, स्मरणशक्ति वृद्धिकारक, पाचन-प्रणाली व्यवस्थापक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, तनावहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले निम्नरक्तचाप, अग्निमन्द, कब्ज, अर्श, अम्लपित्त, रक्तपित्त, ज्वर, अतिश्रमको थकान, शारीरिक कमजोरी, अपस्मार, पिसाबको रोकावट, रक्तातिसार, वीर्य कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, गुदारोग, उदररोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, रक्तार्श, पागलपन, क्षयरोग, जिब्रो-मुखका घाउ, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, रक्तस्राव, हैजा, धातुरोग, उच्चतनाव, विस्मृति, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० मि.लि., खुदो १ गिलास, ढाक १ वटा, गुड १०-२० ग्राम, गिँड ३-५ वटा, पातलो खुदोपानी १ गिलास २-५ पटक ।

**४८६. उखु कोशेर, कोशकार गन्ना, कोस्यारतु, Kosher Sugarcane Plant, *Saccharum* sp.** (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सेतो प्रकारको कोशेरजातको उखु हो । यो ५-७ फिट अग्लो, गिँड परेको, भालाकार पात लामो चुच्चो-धारीदार, टुप्पामा फुल्छ, फेदमा जरा-उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, स्निग्धकारक, बल्लकारक, वृष्याजनक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, तनावहर, अतिश्रमहर, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो मुखका बिबिरा, मानसिक तनाव, अतिश्रमको पीडा, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई १०-२० मि.लि., खुदो/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, गिँड १-३ वटा, सक्खर/चिनी ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, लड्डु १-२ वटा ३-५ पटक ।

**४८७. उरियाम, कँडेलो, थिचरी, असरी, Bishop Wood, *Bischofia javanica*** (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो छिटो बढ्ने काष्ठजन्य वृक्ष हो । यो ८०-१५० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल बालामा हरियो-पहेँलो, गोलाकार पाकेपछि लटरम्मै रातो फलभित्र बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, ज्वरनिवारक, कण्ठशुद्धिकर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिपोषक, गर्भाशयपोषक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्यानदर्द, क्षयरोग, श्वासरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, नसावात, ज्वर, गानो, अर्श, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/बफाएको/उसिनेको पात ३०-५० ग्राम, बीजतेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

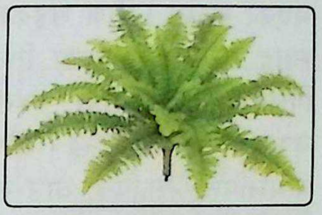
**४८८. उचंटी, ऊनकी, उच्चाटनी, Lark Daisy Plant, *Centratherum punctatum*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो किनारा काटिएका, प्याजी-नीलो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि लामो बीजहरू हुन्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, वातहर, पीडाहर, आक्सीकरणरोधी, रोगप्रतिरोधात्मक, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, चर्मरोगहर, कण्ठशुद्धिकर, श्वासरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम, खोकी, पिनास, कफज्वर, गाँठा-गिर्खा, अर्श, पित्तवृद्धि, फोक्सोशोथ, श्वासप्रश्वास समस्या, उदरशूल, टाउको दुख्ने, जोर्नीदर्द, आमवात, सन्धिशोथ, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीजतेल ५-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**४८९. उन्यू कागती बास्नाको, रातीउन्यू, Lemon Button Fern, *Nephrolepis cordifolia*** (Family : Nephrolepidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पत्रदण्डमा पात दुवैतिर गएका संयुक्त झपक्क परेको, जरामा रसदार मांसल गेडा

हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** उपजरा र जडका फल । स्वभाव शीतल र स्वाद कागती बास्नाको मिठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधि उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कामला, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, पेट र मिर्गौलारोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्णशूल, मूत्रकृच्छ्र आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण २-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### ४९०. उन्यू सुनौलो, सुनउन्यू, Golden Fern, Yellow Fern Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, फिँजारिएका डालीमा पात स-साना अनेक नापका, जरा लामो, पहेँलो मुना निक्लने डाँठ र पातको रङ हल्का पहेँलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, पात र डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, कफपित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, पित्तज्वर निवारक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, अर्बुदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसको जरा, डाँठ र पातले पत्थरी, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, वातरोग, मोटोपन, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ग्राम २-३ पटक ।

### ४९१. उन्यू मिरमिरे, तिरमिरेउन्यू, Mirmirre Unyu, Multi Color Fern Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वहुरङ्गी, भुस रातो, २-३ फिट अग्लो, डालीमा पात फिँजारिएकास-साना तिरमिरे अनेक नापका, जरा लामो, सुनौलो मुना निक्लने, डाँठ र पातका रङ हल्का पहेँलो जरा रातो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, कफपित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, पित्तज्वर निवारक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, अर्बुदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **उपयोगीभाग :** जरा । **औषधीय उपयोग :** यसको जरा, डाँठ र पातले पत्थरी, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, वातरोग, मोटोपन, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ग्राम, मुनासाग ३०-१०० ग्राम २-३ पटक ।

### ४९२. उन्यू छेपारे, छेपारउन्यू, Lizard Fern

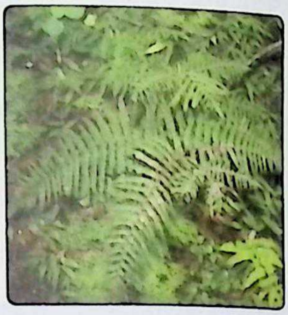
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, छेपारोसमान फिँजारिएका डालीमा पात, जरा लामो, पहेँलो मुना निक्लने डाँठ र पातको रङ हल्का पहेँलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, कफपित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, पित्तज्वर निवारक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, अर्बुदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसको जरा, डाँठ र पातले पत्थरी, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, वातरोग, मोटोपन, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ग्राम २-३ पटक ।

### ४९३. उत्तिस, उदिस, क्युसी, Alder Tree, *Alnus nepalensis* (Family : Betulaceae)

**चिनारी :** यो ५००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो पहिरो-मल नभएको-बलौटे माटो, ओसिलो-चिस्यानमा धेरै फैलिन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो, पतझर, धेरै हाँगाहरू, पात चेप्टो वा लाम्चो-नरम

दन्तुर-पत्रदण्ड भएको, मंसिरमा फुल्छ, भाले-पोथी फूलहरू, फलदण्डमा अण्डाकार मसिना कागजी पखेटा भएका हुन्छन् । बीज सङ्कलन : मंसिर-वैशाखसम्म । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र चोप । यसको स्वाद टर्रो-फिका-हल्का तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, शीतकारक, मूत्रल, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, ज्वर, मूत्ररोग, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ४९४. उन्यू हर्रे, उन्यु हर्रो स्वादको, हरतिकी उन्यू, Haritaki Fern Plant

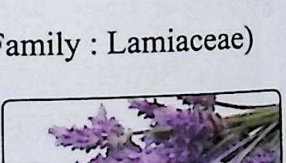


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, फिँजारिएका डालीमा पात स-साना अनेक नापका, जरा-उपजरा धेरै, पहेँलो मुना निक्लने डाँठ र पातको रङ हल्का पहेँलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र पात । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हर्रोसमान लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, कफपित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, पित्तज्वर निवारक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, अर्बुदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जरा, डाँठ र पातले पत्थरी, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, वातरोग, मोटोपन, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ग्राम २-३ पटक ।

### ४९५. उन्यू हरपारो, लेकपारो, Himalayan Fern Plant, Harparo Unyu

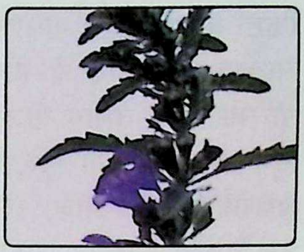
**चिनारी** : यो २५००-३५०० मिटरका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, रौँदार भुसे वनस्पति हो । यो भुइँबाट माथि गएका मांसल आयाताकार-ठूलो-फराकिलो पात किनारमा दन्तुर काटिएका हुन्छन् । यो साउनमा फुल्ने र असोजमा गेडा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, श्वास बलकारक, फुफ्फुसशोथहर, अग्नि-उद्दीपक, मेदहर, व्रणपुरक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, मूत्ररोग, दम-खोकी, रुघा-पिनास, आन्द्राशोथ, रजःवीर्यदोष, मोटोपन, फोक्सो वा श्वासनलीशोथ, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ गिलास काँढापानी, अर्क ३० तथा क्वाथ ३०-५० मि.लि., धूलो ३-१० ग्राम, खोटो ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ४९६. उस्दु, खुस्दु, साधु सेतोनीलो, Levendar Plant, *Lavandula officinalis* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो हर जलवायुमा खेती गर्न सकिन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, हाँगाबिँगा फिँजारिएका, मसिनो लाम्चो पात, फूल बालामा नीलो फुल्छ र छिप्पिएपछि दाना लाग्छ-पाक्छ, र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-केही पिरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, अतिश्रमहर, व्रणरोपक, पित्तनाशक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रुघा-खोकी, चिसो ज्वर, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पिनास, अङ्ग दर्द, सुन्निएको, पक्षाघात, ढाड-कम्मर दुख्ने, कफवृद्धि, श्वरनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

४९७. उसाका, उसाग, उसाह, तुख्मफेरन्जमुस्क, **Dragon Head Plant,** ***Dracocephalum moldavica*** (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो वर्षजीवी कागतीको बास्ना आउने वनस्पति हो । यो २-३ फिट अग्लो, पात ३-५ से.मि. लाम्चो किनारा असमान मुलायम पत्रक, नीलो फुल्ने, पुष्प परिपक्व पश्चात् बीज लाग्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद परपराउने-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, वेदनाशामक, शीतनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, मानसिक वा मस्तिष्क बिरामीलाई उपयोगी, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, कफवृद्धि, खोकी, रुघा-चिसो, दम, मोटोपन, शिरोरोग, रजःवीर्यदोष, पिनास, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, छालाको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५०-६० मि.लि., अर्क १०-१५ मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

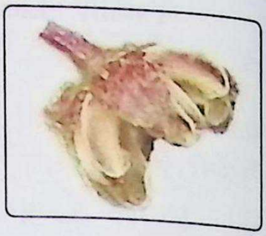
४९८. उन्यू रूख पहेँलो, तोडामारम, बाराधू, मदनागमेश्वरी, **China Fern Palm, Queen Sago Palm, False Sago,** ***Cycas rumphii*** (Family : Cycadaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पत्रदण्ड लामो थाममाथि टुप्पामा पात ५-७ फिट लामो पत्रवृत्त चारकुने बाक्लो, पहेँलो फूल छिप्पिएपछि धूलो मिहिन बीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, फल, फूल, चोप, पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, सङ्कोचक, वेदनाशामक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, शोथघ्न, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले बिग्रेको घाउ, अतिश्रमको पीडा, गर्भाशय/फोक्सोशोथ, दम, खोकी, पत्थरी, पित्तरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, रजःवीर्यदोष, उदरशूल, सुन्निएको, रक्तपित्त, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, स्त्रीरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क १०-२० मि.लि., क्वाथ ५०-१०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-२ वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

४९९. उस्तु, नीर, उस्तुखुसय, **Lavender–Mint, Lavender Plant,** ***Lavandula angustifolia*** (Family : Lamiaceae)

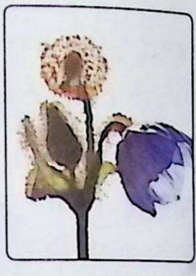
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, नीलो फुल्ने, मुलायम दन्तुर पात लाम्चो, धेरै गाँजिने, बास्नादार, पुष्प छिप्पिएपछि बीज लाम्चो कालो हुन्छ र पाक्छ । यसको स्वाद बास्नादार मीठो र स्वभाव शीतल, बीज उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, कफनिस्सारक, पीडानाशक, केशरक्षक, तनावहर, शोथघ्न, चर्मरोगहर, निद्राकर, व्रणरोपक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, कुष्ठ, दादुरा, दाद, दुबी, जनैखटिरा, अनिद्रा, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, दम-खोकी, पिनास, अङ्गदर्द, उदरशूल, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५००. उछाल, मासिकधर्मी, बेलायती मेन्दी, **Hop Bush Plant,** ***Dodonaea viscosa*** (Family : Sapindaceae)



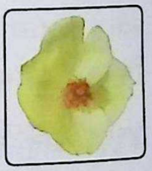
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पात भालाकार, पुष्प रातो, वर्गाकार पहेँलो फलभित्र तेलीयबीजरू लाग्छन्, यो झाडीको हाँगा प्रायः कोणधारी हुन्छन् । यसको फूल हरियो-पहेँलो, फलमा काला तेलीय बीज हुन्छ । यसको फल र पात औषधीय प्रयोजनमा आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, रक्तविकारहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, पित्तज्वर, कमलपित्त, घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दुबी, दाद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, १ गिलास काँढापानी, ३-१० र अर्क३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ५०१. उपलङोन, हिमालीअफिम, सानीकेशर, **Upalngon(Am), Himalayan Bluepoppy Plant,** ***Meconopsis grandis*** (Family : Papaveraceae)



**चिनारी** : यो ३०००-५२०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, डाँठमा नीलो फुल्ने, बीचमा पहेँलो प्रशस्त केशर हुन्छन्, भुइँबाट निस्केका पात, जब पुष्प छिप्पिन्छ तब बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद मिठो र बास्नादार हुन्छ र स्वभाव गर्मी । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतज्वरहर, कफनाशक, वेदनाशामक, निद्राकर, शोथघ्न, वातव्याधिहर, प्राणवर्द्धक, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, त्रिदोषशामक, हृदयहितकारी, कमजोरी ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले फोक्सो र कलेजोको ज्वर, कफवृद्धि, सुन्निने, दम-खोकी, पिनास, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, आमवात, मुटुरोग, कुपोषण, अनिद्रा, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, सन्धिशोथ, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** :१-२ ग्राम भस्म, ३-५ ग्राम धूलो, १ माना काँढापानी, अर्क ५० र तेल १० मि.लि., भुटेको बीज १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५०२. उपलसर्पो, पोषकअण्डा, ग्यासुर, **Upal Serpo(Am), Himalayan Juniper Plant, Metog,** ***Meconopsis paniculata*** (Family : Papaveraceae)

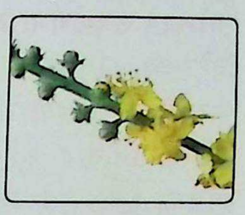


**चिनारी** : यो हिमाली चरणक्षेत्र ३०००-४४०० मिटरमा पाइन्छ । यसका कैयौं प्रकार हुन्छन् । यो ५-७ फिट अग्लो, सेतो-पहेँलो फूल केशर सुनौलो, पात लाम्चो, फल अण्डाकार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद मीठो र शीतल स्वभावको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारी-पुष्टिकर, मूत्रल, बुद्धिवर्द्धक, त्रिदोषजविकार निष्कासक, पित्तरोगहर, सुगन्धदायक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, पेट पोल्ने, वीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, कलेजो सुन्निने, पित्तरोग, सुक्खा दम-खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, अर्श, धातुस्राव, कुपोषणको ग्यास्ट्रिक इत्यादि सन्चो गराउँछ । सङ्कलन : असार-असोज । टुक्रा मुखमा चुस्नाले विशेष लाभ मिल्छ । **मात्रा** : खोटो ३-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १/१ माना, क्वाथ ५० र अर्क ३० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि.३-५ पटक

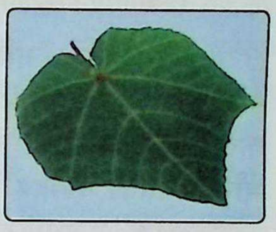
### ५०३. उफिमुनस, बलकारी, **Agrimony, Liverwort,** ***Agrimonia eupatoria*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो २५००-३५०० मिटरका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रौँदार भुसे वनस्पति हो । यो भुइँबाट माथि गएका मांसल आयाताकार-ठूलो-फराकिलो पात किनारमा दन्तुर, पुष्पदण्डमा

पहेँलो फुल्ने, फूल छिप्पिएपछि घण्टाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो साउनमा फुल्ने र असोजमा गेडा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदु सङ्कोचक, पुष्टिकर, मूत्रल, बलकारक, फोक्सोशोथहर, अग्नि-उद्दीपक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, वातहर, पीडाहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यो जोर्नीवाथ, आमवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, मूत्ररोग, दम-खोकी, रुघा-पिनास, आन्द्राशोथ, रजःवीर्यदोष, धातुस्राव, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** १ गिलास काँढापानी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ३०-५० मि.लि., धूलो ३-१० ग्राम, खोटो ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।



### ५०४. उल्टो कमल, उलटकंबल, योनिपुष्पा, ऋतुमती, Devil's Cotton Plant, *Abroma augusta* (Family : Malvaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सानो रूख पातको आकार स्थलकमलसमान देखिन्छ र पहिचानमा भ्रम उत्पन्न हुन सक्छ । पातको मूल डाँठ रातो हुन्छ र रूखबाट सेतो रेसा निस्कन्छ । हाँगा मूलायम मखमली हुन्छ, पात ५-७ अङ्गुल फराकिलो हृदयाकार, एक अङ्गुल कचौराको घेरामा निहुरिएको रक्तपुष्पी, जब परिपक्व पुष्पदल भूमिमा झर्दछ, तब पुष्पकोष आकाशतिर फर्कन्छ, यसैकारण यसलाई उल्टोकमल भनिन्छ । फलको चारैतिर स-साना पात, पञ्चकोशीय खण्ड, कोसाको प्रत्येक धारमा जालीको भित्र महिन चम्किलो कपासको रौँका बीचमा कालो/पहेँलो धेरै बीज रहन्छन् । जराको बोक्रा मट्याइलो भित्रीभाग सेतो, काट्दा च्यापच्याप लाग्ने चोप हुन्छ । यो खेती धेरै छिटो फस्टाउँछ । उपयोगी भाग : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो ऋतुस्राव नियामक, स्त्रीरोगमा उपयोगी, मूत्रल, पित्तनाशक, गर्भरक्षक, सन्तानदायक, रक्तशोधक, पित्तज्वरनिवारक, गर्भाशयपुष्टिकर, स्तनार्वुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** उल्टो कमलजरा रजःप्रवर्तिनी शक्तिकी धनी मानिन्छ । मासिकधर्मको घटीबढी, कष्टकर महिनावारी, गर्भाशयविकार, यौनरोग, बाँझोपन, सेतो-रातो प्रदर, सुजाक, बहुमूत्र, कष्टदायक पिसाब, गानोगोला, कब्जियत, जोर्नीवाथ आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** जरा लेदो/धूलो २-३ ग्राम, सर्वाङ्ग लेदो/चूर्ण ३-५ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र आसव/अरिष्ट १०-२० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, टुक्रा २-३ वटा चुस्ने, फूल चुस्ने ३-५ पटक ।

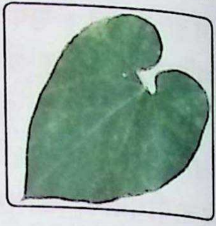
### ५०५. उडन्ते रूख, आकाशविचरक वृक्ष, रूखैजहाज, Flying Tree, Aeroplane Tree

**चिनारी :** यो सबैलाई अपत्यारिलो लाग्छ, भनिन्छ रूख उड्दैन । सपनामा होइन, विपनामा तर दिनमा नभएर रातमा, सबै रूख उड्दैनन् । हजारौं वर्ष नाघेका बूढो वृक्ष उँडेर जाने-आउने फेरि जस्ताको त्यस्तै रहन सक्ने हुन्छन् । जहाँ सिद्ध आत्माहरूको तप हुन्छ त्यहाँ त्यो रूख उड्छ । शुभयोग नक्षत्रमा मिलाएर आकाश विचरण कसै/कसैले देख्न सक्छन् । यो वृक्षको स्वाद मीठो अमृत र स्वभाव हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सर्वामृत, सर्वरोगहर, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, खेचरीसिद्धिकर, योगवाही, अर्बुदहर, आयुर्वर्द्धक, कफघ्न, वातघ्न, पित्तहर, त्रिदोषजविकार निष्कासक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जीवनीयत्वह्रास, अर्बुद, पञ्चत्वविकार, शिवत्वउपहास, तनाव, मानसिकरोग, कुमनको असर-प्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो वृक्षको धेरै प्राणवायु-हावा लिँदा अर्के भइन्छ ।

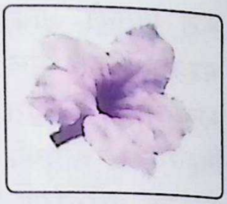
### ५०६. उतरण, युगमफला, चमार दुधैली, Trellis Vine, *Pergularia daemia* (Family : Apocynaceae )

**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो बहुवर्षायु लता, वृक्षाश्रयी, सदाबहार मिल्छ । गोलो पात रौँदार, सेतो फुल्ने, फलमा काँडा, फलको भित्र रुई र मिहिन बीज, कोट्याउँदा दूध निक्लन्छ, गन्ध चल्छ,

भुइँमा पनि फैलिन्छ । पञ्चगव्य वा कुनै एक अर्कको सात भावनापछि शुद्धि गरेर उपयोग गरिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग सबै भाग । स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, कृमिमारक, त्रिदोषनाशक, कफनिस्सारक, दुग्धवर्द्धक, पोषक, रक्तस्रावनिरोधक, पारदबद्धकर, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, वीर्यस्तम्भक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सुन्निएको, स्तनमा दूधको कमी, वीर्यदोष, कफवृद्धि, ज्वर, घाउ, वातरोग, हाडको रोग, गृध्रसीवात, दम-खोकी, कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई घ्यू/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गरिन्छ । यसलाई ताजा नै पिसेर लेपन लगाइन्छ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण/लेदो/खोटो ३-५ ग्राम, चुस्ने-चपाउने टुक्रा ३-५ पटक।



### ५०७. उपदली, कालीधावनी, नीलपुरुक, कालीधमंथोकली, Ruellia, Fever Root, *Ruellia prostrata* (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : गर्मी हावापानीका चिस्यानमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो-लाम्चो अण्डाकार, पाँचपत्रक पुष्प सेतो-निलो, जरा सक्खरकन्दसमान थुप्रै, फल लाम्चो कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, अर्बुदहर, पत्थरीहर, त्रिदोषनाशक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, गलाशुद्धिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : ज्वर, कुकुर खोकी, रक्तदोष, पिसाबको कष्टता, सुजाक, उदररोग, पित्तरोग, तनाव, रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, आमवात, अर्श, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., बीज/कन्द ३-५ ग्राम, साग ३०-५० ग्राम, पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

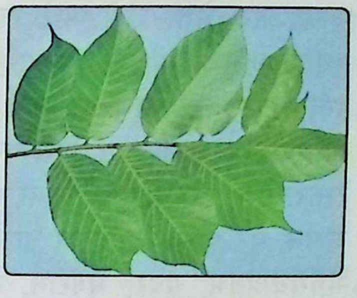
### ५०८. उखुको जरा, इक्षुमूल, वंशमूलक, इक्षुनेत्र, Root of Sugarcane, *Saccharum officinale* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : कैयौं जातका उखु उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो आँख्लै-आँख्ला भएको काण्ड, धारिलो लामो पातहरू, गुच्छाकार झुप्पोमा टुप्पोमा सेतो फूल, जरामा उपजराहरू सयौं जगल्टा प्रशस्त हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, श्लेष्मनिस्सारक, बल्य, सारक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पित्तपत्थरी, मिर्गौलारोग, कृशता, पित्तजविकार, आमाशय शिथिल, वृक्काश्मरी, सुक्खादम-खोकी, पित्तवृद्धि, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, पिसाब नहुने, रातो-पहेँलो पिसाब आउने, मासिकअधर्म, प्रदर, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, धातुस्राव, रक्तस्राव, हैजा, मुख सुक्ने, अति प्यास लागिरहने, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ५०९. उपास, बल्कल, चन्दल, पतई, हृदयविष, Bark Cloth Upas Tree, Falseiroko, *Antiaris toxicaria* (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका चिस्यान भूमिमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष, बोक्रा माटो रङ, पात चेप्टो, टुप्पोमा चुच्चो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, हरियो फल पाकेपछि रातो भित्र बीजहरू हुन्छन् । बोक्रा र पातमा कोट्याउँदा दूध आउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, बोक्रा र पात । यसको स्वभाव

उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने टर्रो-तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, विरेचक, विषघ्न, हृदय उत्तेजक, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, बलकारक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसलाई पञ्चगव्य अथवा यसको अर्कमा बफाएर वा भावना दिएर शुद्धगरी प्रयोगमा ल्याउनुपर्छ । यसले विषप्रभाव, पित्तरोग, रक्तदोष, रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, रक्तस्राव, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : यसको दूध कानमा, काँठा-गिर्खामा, कुष्ठ, दुबी, दादमा लगाउनुपर्छ । यसको काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ३० र अर्क २० मि.लि., चूर्ण/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा २-३ पटक ।

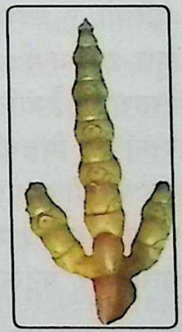


### ५१०. उल्टोछाते च्याउ, आर्गामुगान, Sal Tree Mushroom

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो साल वृद्धवृक्षमा बाक्लो बोक्रा भएकोमा सेतो वर्णको वैशाख-असोजतिर मिल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक, अग्निवर्द्धक, रजवीर्यवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, जीर्णरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, हृदयरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रजवीर्यदोष, रगतको कमी, स्नायुरोग-पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५११. उमरी, विनापाते उमरी, कट्टुमारी, कोयालु, सितुमारी, Keerai, Glasswort, Maritima, Leafless Plant, *Tecticornia indica* (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, विनापात दूधे, गोलाकार फल, नयाँ डाँठ रातो भएर निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो-तितो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, चर्मरोगहर, ऋतुस्राव नियामक, गर्भस्रावक, शोथघ्न, वातघ्न, विषघ्न, रेचक, मूत्रल, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, शोथ, वातरोग, विषप्रभाव, मासिकअधर्म, रक्तदोष, पित्तरोग, मूढगर्भ, छालाका रोग, मधुमेह, अर्श, प्रदर, पिसाबको कष्टता, कब्ज, शारीरिक कमजोरी, बुढचौली इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, टुक्रा चुस्ने-चपाउने ३-५ पटक ।



### ५१२. उखुघाँस सानो, मुञ्ज, सरकण्डा, सरपत, मुजीकाश, शरी, मौञ्जीतृण, Sweet Cane, Moonja, *Saccharum munja* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका सुक्खास्थान र नदी-खोला बउष्णा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो,

भालाकार पात २-५ फिट लाम्चो पातलो २-३ इन्च चौडा टुप्पो तिखो, सेतो/रातो/बैजनी/गुलाबी रङको फुल्छ, जरा सेतो/खैरो/माटे रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : यसको जरा र डाँठबाट चिनी बन्दछ । यसको फूल र पातको कपडा-सरसामान बनाउने प्रचलन छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिदायक, रक्तपित्तहर, पित्तज्वर निवारक, गुल्महर, नेत्ररक्षक, रक्तशोधक, वस्तिशूल र पिसाबरोगमा उपयोगी, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तपित्त, जलन, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, नेत्रविकार, वस्तिशूल, गानो, मुख-जिब्रोका गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, शारीरिक कमजोरी, धातुरोग, रक्तरोग, विस्मृति, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० ग्राम, काँढापानी १ माना, टुक्रा १-३ वटा, घनसत्व १-२ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सक्खर १०-२० ग्राम, खुदो १ गिलास ३-५ पटक ।

### ५१३. उखु निगाले, नेपाले ऊखु, नेपाली ईख, तीँतु, Nigale Sugarcane Plant, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८-१२ फिट अग्लो निगालोसमान, हरियो काण्डमा कडा-साह्रो बोक्रा भएको, आँख्ला धेरै भएको, फेदका आँख्लामा उपजरा निस्केका, पात धारिलो, सेतो फूल भुप्पोमा फुस्रो फुल्छ । स्वाद मीठो-गुलियो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधार, स्त्रीधर्मपालक, कृशताहर, रक्तस्रावनियन्त्रक, स्वादिष्ठ, व्रणरोपक, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, ज्वर, घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, उदरशूल, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, प्रदर, ग्यास्ट्रिक, दुब्लाउने, अर्श, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १-२ गिँड, स्वरससुई २-१० र खुदो १०-२० मि.लि., धूलो/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम, सक्खर/चिनी ५-१० ग्राम, वटी/लड्डु ३-५ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ५१४. उखु चुनी, चुनीतु, नीलोपर ईख, Sugar Plant, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, भालाकार पात लामा टुप्पो चुच्चो धार भएको किनारा सेतो फुल्छ, गाँजिन्छ र फैलिन्छ, काण्ड रसदार, जरा-उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-गुलियो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड, जरा-उपजरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्खाराम, हृदय दुर्बलता, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग, धातुरोग, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, प्रदर, धातुरोग, ज्वर, अर्श, कुपोषण, दुब्लाउने, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/रस ५०-१०० काँढापानी १ माना, सक्खर/खोटो १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५१५. उखु पुणे, पुढेतु, पूर्णईख, रसेक्षु, पात पातलो हुने ऊखु, Nobelcane, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

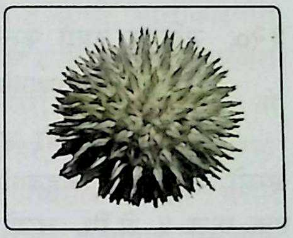
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ६-१२ फिट अग्लो, ४-६ इन्च मोटो, भालाकारपात पातलो २-४ फिट लामो, फूल भुप्पो टुप्पोमा हुन्छ । फेदमा जरा र उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-गुलियो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा-उपजरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, अतिश्रमहर, वातपित्तशामक, पोषक, बलकारक,

मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, हृदय/मिर्गौला सुक्खापन, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मुखपाक, कामला, उदरशूल, अर्श, पेट पोल्ने, सुकेनाश, रजःवीर्यदोष, दुब्लाउँदै जाने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., खोटो/सक्खर/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, गिँड १-३ वटा चुस्ने ३-५ पटक ।

### ५१६. उदित, चन्द्री, उदसलीब, Chinese Peony, *Paeonia lactiflora* (Family : Paeoniaceae)

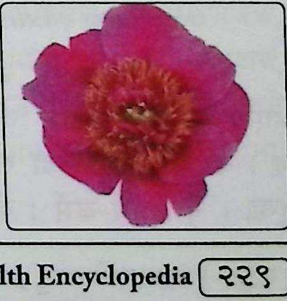
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार, रातो फूल केशर सुनौलो, कचौरा आकारको पत्रदार थुँगा जेठ-भदौमा फुल्छ, फलभित्र तेलीय बीज लाग्छन्, जरा शलगम आकारका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, जरा, पात र डाँठ । फूल शीतल स्वभाव हुन्छ र अन्य भाग उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, पुष्प रक्तपोषक र रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, जरा गर्भधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, कम्पवात, कफज्वर, पत्थरी, जलोदर, अर्बुद, रक्तको कमी, रक्तरोग, दम, खोकी, क्षयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, कामला गर्भाशयरोग, विषप्रभाव, रक्तविकार, अपस्मार, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पुष्प लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-२० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ ग्राम, फूल १ वटा ३-५ पटक ।

### ५१७. उत्कंटो सेतो, आकूल, उँटकटारा, उष्ट्रकण्टक, Globe Thistle White Plant, *Echinops echinatus* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका सुक्खा बलौटे-गगरेन ढुङ्गा-माटोमा पाइन्छ । यो स्वर्णक्षीरीझैं देखिन्छ । यो धेरै हाँगाहरू भएको सेतो काँडाले भरिएको, १-३ फिट अग्लो, शीतकालमा पात हराभरा हुन्छन्, जरा ४-१० अङ्गुल लामो, पत्र पञ्जाकार छिन्नभिन्न, सेतो फुल्ने ५ पखेटा भएको फूल, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चा तेलीय बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र जरा । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, वातव्याधिहर, गर्भस्रावक, प्रसूतिकष्ट निवारक, पुष्टिकर, बलकारक, अस्थिपोषक, ज्वरहर, व्रणरोपक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मूत्ररोग, प्रसूतिकष्ट, पक्षाघात, कटिवात, ढाड-कम्मर दर्द, ज्वर, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, सुक्खा दम-खोकी, उदरशूल, घाउ-खटिरा, मन्दाग्नि, रक्तदोष, निम्नरक्तचाप, नाल परिवर्तन गर्नुपरेमा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, टुक्रा चुस्ने १-२ वटा, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

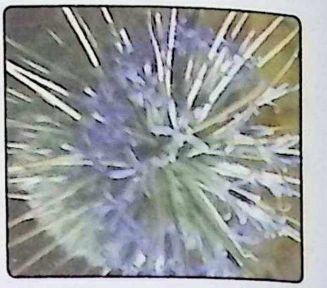
### ५१८. उदित, चन्द्रा, चन्द्रैन, उदसलीब, Himalayan Peony Plant, *Paeonia officinalis* (Family : Paeoniaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, संयुक्त पात आयाताकार लाम्चो झुप्पामा, फूल गुलाबी पत्रदार थुङ्गा जेठ-भदौमा फुल्छ, गोला गाँठदार फल बदामकी तरह फल लाग्छन् फलभित्र अनारदानाजस्ता बीज लाग्छन् । जरा शलगम आकारका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, जरा, पात र डाँठ । फूल शीतल स्वभाव

र अन्य भाग उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, पुष्प रक्तपोषक र रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, जरा गर्भधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, कम्पवात, कफज्वर, पत्थरी, जलोदर, अर्बुद, रक्तको कमी, रक्तरोग, दम, खोकी, क्षयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, कामला गर्भाशयरोग, विषप्रभाव, रक्तविकार, अपस्मार, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पुष्प लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-२० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ ग्राम, फूल १ वटा ३-५ पटक ।

### ५१९. उत्काँडा ठूलो, बृहत्उत्कण्टक, उँटकटेरा, उत्कण्टो, **Globe Thistle, Camel's Thistle, *Echinops echinatus***
(Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो समथर मैदान तराईदेखि हिमालसम्म पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, झ्याङ्गिन्छ वर्षायु, काँडैकाँडाले भरिएको, कण्टकित, पुष्प निक्लेपछि सत्यानाशी नभएको ठोकुवा गर्न सकिन्छ । मूल डाँठ-थुँगामा फुल्ने, पातहरू लाम्चो, सेतो वर्णको, फल ४ मि.मि. लामो पहेँलो सानो बेलनाकार हुन्छ । यसको सबै भाग प्रयोग गरिन्छ । यसको स्वभाव उष्ण, स्वाद पिरो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, मूत्रल, रेचक, वाजीकर, शक्तिकारक, नेत्ररक्षक, त्रिदोषहर, अर्बुदहर, रसायन, पोषक, मिर्गौला सुधारक, त्रिदोषशामक, स्वेदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले योनिविकार, वीर्यविकार, श्वास समस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, प्रमेह, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, स्वरस ५-१० ग्राम, रस १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५२०. उटिंगन रातो फुल्ने, उष्ट्रकाण्डी, उटंगन, कारडु, अंजरा, **Blepharis Herb, *Blepharis species***
(Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुका चिस्यान भूमिमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, शाखायुक्त, बहुवर्षायु, काण्ड छोटो-कठोर, निलो फुल्ने, ४/४ पातको बीचमा एक फल ५ से.मि. लामो चमकदार भित्र च्याप्टा २ बीज हुन्छन् । यसको कलिलो साग खाने चलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र पात । यसको स्वभाव शामक उष्ण र स्वाद हल्का तितो र केही मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलरोधक, निद्राजनक, धातुपरिवर्तक, क्षुधावर्द्धक, मूत्रल, सुगन्धदायक, रजवीर्यवर्द्धक, रुचिकारक, त्रिदोषनाशक, मासिकधर्मनियामक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजवीर्यदोष, कमजोरी, कफग्रस्त समस्या, पिसाब नहुने, त्रिदोषजज्वर, श्वासरोग, जलोदर, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग ५० ग्राम र रस ५० ग्राम, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ५२१. उटंगन नीलो, स्वस्तिक, चौपत्तिया, ओटीगण, शिरियारी, गुठवा, **Utangan, Flora of Qatar, *Blepharis edulis*** (Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो कण्टकयुक्त बिरुवा सिउँडीसमान, नीलो फुल्ने, गोलाकार फल ४/४ पात काँढा भएको, कली, फलको बीचमा चेप्टो तेलीयबीज लाग्छ । यसको पातलाई साग बनाएर खाने प्रचलन छ । यो खाएपछि निद्रा लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव ठन्डा र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, त्रिदोषनाशक, शीतल, स्वादिष्ठ, रुचिकारक, कामोद्दीपक, पुष्टिकर,

मानसिकरोगमा उपयोगी, क्षुधावर्द्धक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, वीर्यदोष, जोर्नीवाथ, नसारोग, उरुस्तम्भ, पित्तवृद्धि, शारीरिक कमजोरी, वातरोग, पित्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., पात/फल/फूल/बीज २-५ वटा ३-५ पटक ।

### ५२२. उखुघाटो, सरकण्डा, गुन्द्र, मुञ्ज, Devil Sugar, Hardysugarcane, *Saccharum arundinaceum* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात लामो धारिलो, फूल सेतो, काण्डमा आँख्ला भएको गुलियो, जरा गाँठा परेका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र जरा । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद गुलियो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, निद्राकारक, रक्तस्तम्भक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तदोष, कामला, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, पेट पोल्ने, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मुखपाक, अनिद्रा, मिर्गौला-मुटुरोग, रक्तस्राव, हैजा, पेटको जलन, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चिनी (घनसत्व)/चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा काण्डस्वरससुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५२३. उखु निगाले, निगालो उखु, Cane Plant, Nigale Ukhu Small Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-१२ फिट अग्लो, भालाकारपात लामो धारिलो खस्रो, टुप्पामा फुल्छ, यसको काण्ड निगालोसमान साह्रो, कडा गाँठाहरू र फेदमा जरा-उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : ढाँक र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदय/मिर्गौला हितकारी, कृशताहर, पुष्टिकर, बलकारक, ज्वरघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीधर्मपालक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मूत्ररोग, ज्वर, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, रक्तस्राव, हैजा, वमन, अर्श, कब्ज, मिर्गौला र मुटु कडापन-सुक्खाराम, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/खुदो/सक्खर १०-२० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, सक्खर वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ५२४. उखु कालो, भीरुक, काला ईख, Sugarcane Black, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, गाँठा-गाँठा परेको, काण्ड कालो, पात लामा भालाकार धारिलो, सेतो फुल्ने, जरा र उपजरा धेरै हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड र मूल-उपजरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, पोषक, विषघ्न, स्त्रीधर्मपालक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले धातुक्षय, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, तृष्णा, पाण्डु, हृदय दुर्बलता, रक्ताल्पता, मासिकअधर्म, प्रदर, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., लेदो/खोटो/चूर्ण ५-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३, गिँड १-३ वटा ३-५ पटक ।

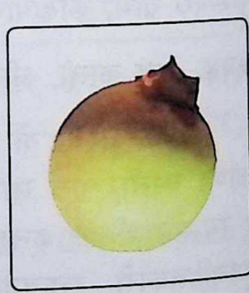
**५२५. उखुघाँस ठूलो, मुन्ज, सरकण्डा, सरपत, मुजीकाश, शरी, मौञ्जीतृण, Sweet Cane Plant, Moonja, *Saccharum munja*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका सुक्खास्थान र नदी-खोला बउष्णा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, भालाकार पात ३-१० फिट लाम्चो पातलो ३-१० इन्च चौडा टुप्पो तिखो, सेतो/रातो/बैजनी/गुलाबी रङको फुल्छ, जरा सेता/खैरो/माटे रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र डाँठको चिनी बन्दछ । यसको फूल र पातको कपडा-सरसामान बनाउने प्रचलन छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिदायक, रक्तपित्तहर, गर्मी-पित्तज्वर निवारक, गुल्महर, नेत्ररक्षक, रक्तशोधक, वस्तिशूल र पिसाबरोगमा उपयोगी, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तपित्त, जलन, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, नेत्रविकार, वस्तिशूल, गानो, मुख-जिब्रोका गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, शारीरिक कमजोरी, धातुरोग, रक्तरोग, विस्मृति, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, टुक्रा १-३ वटा, घनसत्व १-२ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सक्खर १०-२० ग्राम, खुदो १ गिलास ३-५ पटक ।

**५२६. उखुको जरा, इक्षुमूल, वंशमूलक, इक्षुनेत्र, Root of Sugarcane, *Saccharum officinale*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : कैयौं जातका उखु उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, आँख्लै-आँख्ला भएको काण्ड धारिलो लामो पातहरू हुने, गुच्छाकार भुप्पोमा टुप्पोमा सेतो फूल, यसको जरामा उपजराहरू सयौं जगल्टा हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, श्लेस्मनिस्सारक, बल्य, सारक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पित्तपत्थरी, मिर्गौलारोग, कृशता, पित्तजविकार, आमाशय शिथिल, वृक्काश्मरी, सुक्खा दम-खोकी, पित्तवृद्धि, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, पिसाब नहुने, रातो-पहेँलो पिसाब आउने, मासिकअधर्म, प्रदर, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, धातुस्राव, रक्तस्राव, हैजा, मुख सुक्ने, अति प्यास लागिरहने, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० रक्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**५२७. उसारेवृक्ष, उसारेरेबन्द, कङ्कुष्ठरूख, Gamboge Tree, Camboge Plant, *Garcinia morella*** (Family : Clusiaceae)

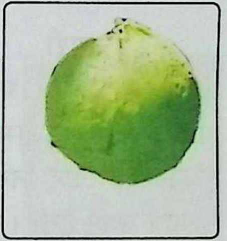


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो, चुच्चे सेतो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, फल र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, विरेचक, मूत्रल, वातव्याधिहर, व्रणसुधारक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, दर्दहर, अर्शोघ्न, कृमिमारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, अर्दित, कोष्ठबद्धता, पित्तवृद्धि, अपस्मार, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, दम, खोकी, सर्वाङ्गवात, पिनास, कटिवात, गृध्रसी, अर्श, पेटका कृमि, गाँठा-गिर्खा, फोक्सो शोथ, राजयक्ष्मा, जलोदर, अतिश्रमको पीडा, नसारोग, मेरुदण्डको दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५२८. उतजर, निलाम्बरी, Nilambari Plant

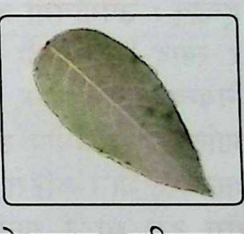
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, हाँगाहरू सिधा, पात लाम्चो चुच्चो परेको, स-साना फूल बालामा लाग्छन्, फल गोलाकार कालीकबैसमान र भित्र तेलीयबीजहरू सरस्यूँझैं हुन्छन्। **प्रयोग गरिने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, व्रणपुरक, रक्तशोधक, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, अर्शोघ्न, रक्तरोगहर, बीज वातपुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, वातहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले उदरकृमि, आउँ-पखाला, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, अत्यधिक मासिकश्राव, सङ्ग्रहणी, गानो, अर्श, मोटोपन, रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ५२९. उपासवृक्ष, बटकुल, बल्कुल, चान्दुल-सापसुँडी, The Upas Tree, Ako, *Antiaris toxicaria* (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो विशालवृक्ष ८०-१३० फिट अग्लो, बोक्रा धेरै मोटो खैरो रङको चिप्लो पात लाम्चो १५-२० से.मि. लामो, तिखो चुच्चो परेको, चोप अथवा निर्यास अति विषैला भनिन्छ, पात र बीज विषैलो हुन्छ, मादा र नरफूल हरियो-पहेँलो, फल गोलो राता फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। उपासवृक्षको बोक्राबाट थैली, पटुका, धोती, झोला, फेटा इत्यादि वस्त्र बनाउने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, विषघ्न, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, शीतहारक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, शोथघ्न, पीडानाशक, निद्राकर, अतिश्रमहर मानिन्छ। यसको शुद्धि पछि **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुष्ठ, दाद, दुबी, दादुरा, गृध्रसी, आमवात, घाउ-खटिरा, कर्णरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ अर्श, अतिश्रमको पीडा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अर्श, गानो, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ मुख, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ रत्ती लगाउने/लेपन गर्ने ३-५ पटक।

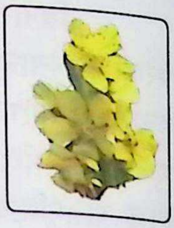
### ५३०. उपासरुख अफ्रिकी, बटकुल अफ्रिकन, Bark Cloth Tree, *Antiaris africana* (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो विशाल वृक्ष खैरो बोक्रा भएको १००-१३० फिट अग्लो, पात १५-२० लामो र ५-७ से.मि.चौडा भालाकार, फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। यसको चोप निक्लन्छ। यसको बोक्राबाट कागत/कपडा बनाउने प्रचलन छ। यसको चोप बिलौला भनिन्छ। यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, विषघ्न, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, शीतहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ।

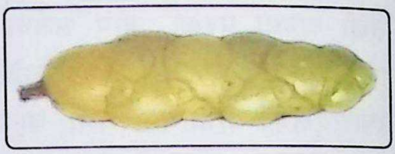
**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुष्ठ, दाद, दुबी, दादुरा, गृध्रसी, आमवात, अर्श, अतिश्रमको पीडा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अर्श, गानो, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, चूर्ण/लेदो १-३ ग्राम, लगाउने/लेपन गर्ने ३-५ पटक।

### ५३१. उही शिरीषपत्ते बुटी, उफिमुनस, Agrimony Plant, *Agrimonia eupatoria* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो २२००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो बहुवर्षायु रौंदार वनस्पति कम मात्रामा मिल्छ, पात १-३ अङ्गुल लामो संयुक्त शिरिषपत्रसमान दुवैतर्फ १५-२१ सम्म शिरा लाग्छन्, पुष्पको व्यास १ अङ्गुल, पुष्प परिपक्व पछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । यो सुगन्धदायक बुटी हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मृदुसङ्कोचक, मूत्रप्रवर्तक, कृमिमारक, शोथघ्न, वातहर, पुष्टिकर, बलकारक, व्रणरोपक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, उदर कृमि, आउँ-पखाला, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, चूर्ण/लेदो १-५ ग्राम, बीजहरू ५-१० ग्राम, बीजतेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५३२. उम्री, मचौल, कोयली, कोहलु, उमरी, Glass Wort, *Salicornia brachiata* (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो खारिलो सुक्खा माटोमा क्षारीयभूमिमा मिल्छ । यो बहुशाखीयुक्त झाडी, हाँगा कमजोर हुने, बीज बदामी रङको हुन्छ, पात धेरै साना आमुन्ने-सामुन्ने लाग्छन् । यो पालकवर्गको औषधि हो । यसको क्षार धेरै निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुस्रावक, पित्तनाशक, गर्भपातक, रेचक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मेदहर, उत्तेजक, कफनिस्सारक, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, कफग्रस्त खोकी-दम, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, मोटोपन, पत्थरी, पित्तवृद्धि, मूढगर्भ, कब्जियत, अर्श, दुबी, दाद, कुष्ठ, चिलाउने, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, भस्म/क्षार/चोप १-५ रत्ती २-३ पटक ।

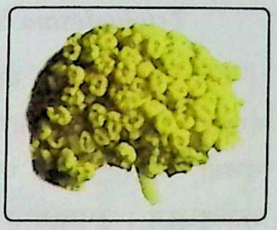
### ५३३. उन्मिद, हुम्बु, काठी, बुबु, उम्बी, Umbi-Humbu Plant, *Polyalthia cerasoides* (Family : Annoaceae)

**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, एकदम सिधा खडा हुन्छ र बढ्छ, हाँगाहरू बदाम रङको नरम, पात लाम्चो चुच्चो परेको, फूल सेतो हल्का गुलाबी वर्णको, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : तेल, बीज र बोक्रा । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जलशोषक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, व्रणरोपक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, अस्थिपोषक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, आमवात, जलोदर, ढाड-कम्मर दर्द, कफवृद्धि, स्नायुवात, कटिवात, हाडको रोग, दम, खोकी, गानो, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., बीजवटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५३४. उसीको मरुभूमिको, कल्याणी, उशक, Ammoniacum-Gum, *Ferula tingitana* (Family : Apiaceae)

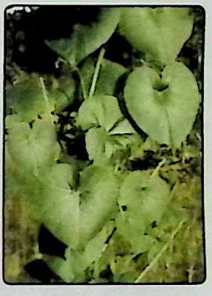
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो मरुभूमि, उजाडभूमि र सिलिका नामक खनिजपदार्थ पाइने क्षेत्रमा धेरै मिल्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, काण्ड हरियो, जरा शलगमकन्द आकारको पातलो तर कडा

सुदृढ बोक्रा, पहेँलो-सेतो वर्णको, यो कागतजस्तो जरालाई बोई भनिन्छ, गोलाकार फल र पात, फलभित्र आलससमान तेलीयबीज हुन्छन्, पुष्प पहेँलो हुन्छन्, जरामा/हाँगामा काट्दा चोप निस्कन्छ, फल पाकेपछि स्वयम् निक्लन्छ, हावामा परेपछि कालो र ठोस बन्छ। तातोपानीमा घोल्दा दूधझैँ हुन्छ, घाम/तापमा परेमा पहेँलो-मुलायम, चोप सुगन्धदायक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप र बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने टर्रो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, उत्तेजक, पाचक, वायुनाशक, दर्दहर, शोथघ्न, जलशोषक, गर्भघातक, बीजपुष्टिकर, रक्तरोगहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त समस्या, गानो, शूल, पित्तवृद्धि, अपच-अजीर्ण, अरुचि, हैजा, श्वास, काश, दम, पिनास, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, जलोदर, गर्भपात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चोप/बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।



### ५३५. उत्ताउली, उतरण, उत्तमारणी, विषणिका, नागलादुधेली, Pergularia Plant, *Pergularia daemia*

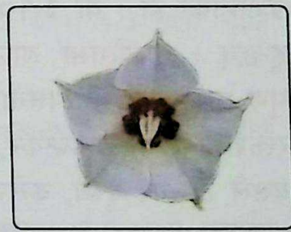
(Family : Apocyanaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो लता वर्षायु अथवा बहुवर्षायु, धेरै फैलिने लहरो सेतो रौँले व्याप्त, दूधे, हाँगाहरू परस्पर जोडिएका, पात गुर्जोसमान आमुन्ने-सामुन्ने चेप्टो, सेतो फुल्ने, फल २-३ अङ्गुल लामो चुच्चो नरम काँडाहरू भएको भित्र तेलीयबीजहरू चेप्टा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, कृमिमारक, मेदहर, वामक, व्रणरोपक, विषघ्न, मूत्रल, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, अर्बुदहर, यकृतपोषक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद, छालाको रोग, श्वासरोग, पेटका कृमि, घाउ-खटिरा, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिसहरू, ग्यास्ट्रिक, अर्श, मोटोपन, पेट पोल्ने, आउँ-पखाला, मधुमेह, प्रमेह, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ र पात १-२ वटा, बीज २-३ ग्राम ३-५ पटक।

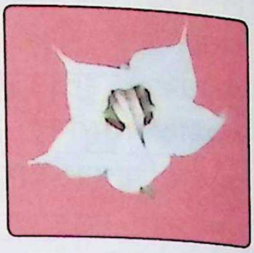
### ५३६. उँदो झुन्डिएको फल, औधफली, छोटाकुल्फा, काटेटुमे सोपु, Borage Herb, *Trichodesma indicum*

(Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो वर्षायु आधा-एक फिट अग्लो, पात आयाताकार चुच्चो चम्कने-चिल्लो डालीमा टाँसिएका, पात र हाँगाको मुनि लाग्छ फलभित्र तेलीय बीज भएको तल झुक्छ, फूल सेतो केशर खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, पुष्टिकर, वाजीकर, रजवीर्यवर्द्धक, अग्निकारक, बलकारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, स्त्रीरोग, मासिकअधर्म, ग्यास्ट्रिक, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अपच, अजीर्ण, रक्तरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ५३७. उँदो झुन्डिएको फल सेतो फुल्ने, श्वेतऔधफली, सफेद छोटा कुल्फा, उँधाफली, White Borage, *Trichodesma indicum* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, १-२ फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका आयाताकार ५-८ से.मि. लामो चुच्चो, नीलो डाँठ, फूल कन्चन सेतो/नीलो-सेतो, फल पात र हाँगाभन्दामुनि झुन्डिन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, रक्तदोषहर, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, अग्निवर्द्धक, उदररोगमा लाभदायक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, रक्तस्राव, रक्तदोष, रक्तरोग, फोक्सो/कलेजोरोग, ज्वर, मन्दाग्नि, हैजा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, अरुचि, अपच, अर्श, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५३८. उँटकटरा दूधे, उष्ट्रकण्टक, उत्कण्टो, ठाकुरकाँटा, Milky Thistle Plant, Shudiyo, Globe Thistle, *Echinops echinatus* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, सेतो गोलो थुङ्गामा फुल्ने, तिखो सुईसमान काँडाले भरिएको, धेरै हाँगाहरू भुइँबाट निस्केका, पहेँलो रङको डाँठ-डोडी, दुवैतिर गएका लाम्चा पात, पुष्प छिप्पिएपछि मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, रजवीर्यवर्द्धक, तृप्तिकर, अग्निवर्द्धक, पुष्टिकर, कफवातनाशक, रुचिकारक, हृदयहितकारी, ऋतुस्रावनियामक मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज, काण्ड, पात । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हल्का खाएपछि मीठो हुन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वीर्यदोष, रजविकार, मासिकअधर्म, हृदयरोग, रक्तदोष, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, प्रदर, प्रमेह, प्रसव कष्टता, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., पात/फूल/डाँठ १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५३९. उन्यू रातो, रक्तथुनुवा, Thunuwa Red Fern

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-२५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो उन्यु प्रजातिको हो । यो ३-१० फिट अग्लो, डाँठ रातो, पात संयुक्त डालीमा दुवैतिर गएका, खैरा जरा, बीजाणु हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कान दर्द, पित्तसम्बन्धी रोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, आउँ, प्रदर चिसो गोला, रगतमासी, आउँ, यौनजन्यरोग, सेतो पानी बग्ने र रातो पानी झर्ने इत्यादि सन्चो गर्छ । यसको छिप्पिएको बीजाणुले दुखाइमा सन्चो गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने ३-५ पटक ।

### ५४०. उत्तरी, उत्तरतिर झुक्ने बोट, **Pilotweed, Compass Flower Plant–North Sided Plant,** ***Silphium laciniatum*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो उत्तर दिसातिर झुकेर रहन्छ । सदा उत्तर दिसा झुक्ने हुनाले कम्पास रूख भनिन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, रौंदार, पात त्रिशूलधारी लाम्चो, पहेँलो फुल्ने, बीजहरू तेलीय, चोप निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, वातहर, अस्थिपोषक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगति, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५४१. उडुसमारा, पिंसुमार, पिस्सुमार, **Golden Himalayan Rhu Plant,** ***Boenninghausenia albiflora*** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको ५००-३३०० मिटरमा पाइन्छ । सिसौको पातको गन्ध भएको ठस्स गनाउँने झार पहाडी क्षेत्र सेपिलो ठाउँमा धेरै मिल्छ । कोसामा फलभित्र तेलीय बीज, जरा पहेँलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, कर्णरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तचाप, अपस्मार, मृगी, रुघा, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गलाघाँटीका रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, अपच, अरुचि, रक्तदोष, अम्लपित्त, पैत्तिकज्वर, कामला, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, विजातीयद्रव्य विकार, छालारोग, दम, खोकी, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले उडुस, उपियाँलाई हटाउँछ । यसलाई छालारोग र सुन्निनेमा घ्यूमा डढाएर लगाइन्छ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वसरसुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५४२. उशीर रोमश, समगन्धिक, कुशन, खसखस जरा, **Vetiver Hairy Plants,** ***Chrysopogon zizanioides*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २000 मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो गुन्द्री बनाएर सुत्ने घर-गोठ छाउने, भूक्षय रोक्ने भनिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, बहुवर्षीय वनस्पति, कडा भालाकार पात धेरै लामो २०-४० से.मि. र चौडा ४-७ से.मि. साँघुरो बाला २०-३० से.मि. लामो बास्नादार फूल फुल्छ, जमिन मुनिको मूल १-३ से.मि. व्यास भएको कन्दमा मसिना रौंयुक्त जरा धेरै सुगन्धदायक हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर,

पुष्टिकर, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त गला-घाँटीका रोग, कृमि, पेट पोल्ने, चिसोज्वर, अर्श, टन्सिल, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, सर्दी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ४० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक

### ५४३. उशीर रातो डाँठ हुने, कुञ्जरी लालडाँठ, माटोचिलो, भुवादार उशीर, Matojillo Redstem

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लोपोन्मुख बिरुवा उच्चकोटिको बास्नादारमा गनिन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो, डाँठ रातो, रोमश, यत्रतत्र झ्याङ्गिन्छ, भालाकार पात सुइरे लाम्चो परेका, फूल सेतो भुवादार फुल्छ, तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो बास्नादार-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वातहर, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, गलग्रन्थिरोग, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ५४४. उशीर बास्ना नआउने, जलउसीर, सिक्याहा, Vetiver Water Plant

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो पानीमा वा सिमसारमा मिल्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, यत्रतत्र झ्याङ्गिन्छ, भालाकार पात सुइरे लाम्चो परेका, फूल बालामा कलेजी फुल्छ, तेलीय बीजहरू, खैरा जरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वातहर, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखका घाउ, मोटोपन, टन्सिल, गलग्रन्थिरोग, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ५४५. उशीर धेरै जरा, कुस्नहरी बहुतजरी, बृहत्उशीर, Vetiver Plant, *Chrysopogon zizanioides* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो वहुवर्षीय उशीर बास्नादार हुन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, जरा १०-२० फिट माटोमा यत्रतत्र फैलिन्छ, भालाकार पात सुइरे लाम्चो परेका, फूल कलेजी फुल्छ, बालामा तेलीय बीजहरू, बास्नादार जरा प्रशस्त हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग।

स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो र बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वातहर, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, गलग्रन्थिरोग, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

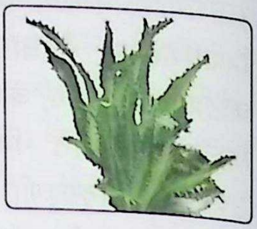
**५४६. उसिर थोरै जरा हुने सानो, खा बसाइ कुस्नहरि, द्रद्रुघ्न, दादहरण, Vetiver Plant, *Andropogon muricatus***
(Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा शीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो अति बास्ना आउने कागतीघाँससमान १-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार बास्नादार, फूल सेतो फुल्ने, फल तेलीय बीजहरू, जरा धेरै र खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, थकान, पित्तज्वर, डाहा, तिर्खा, धातु शिकायत, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मुखपाक, उन्माद-पागलपन र मानसिक रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**५४७. उत्तिस, अल्नस, चिले काठ, क्युसी, Nepal Alder, *Alnus nepalensis*** (Family : Betulaceae)

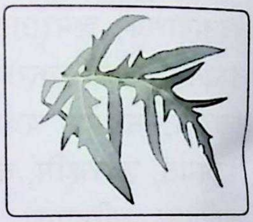
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ५०-१५० फिट अग्लो, पतझर, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो लामो डोरीझैँ झुत्तोमा, स-साना बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मेदहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, टन्सिल, गानोगोला, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, निम्नरक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, उदरकृमि, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५४८. उल्काबुटी, रसादि, Agave Leaved Sea Holly Plant, *Eryngium agavifolium* (Family : Apiaceae)



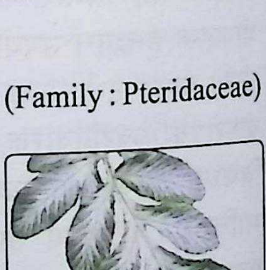
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, हरियो-सेतो फुल्ने, पात रोमश-लाम्चो-भालाकार किनारा करौंतीसमान, जरा बास्नादार, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण-शीतल-शामक र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमहर, बलकारक, सङ्कोचक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, श्वासनलीरोग, फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, कफग्रस्त खोकी, पेट डम्म-ढुस्स, फोक्से मासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, कमलपित्त, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र जरास्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अत्तर ५ थोपा ३-५ पटक ।

### ५४९. उत्तरतिर झुक्ने बोट सुनौलो, North Sided Plant, Campass Plant, *Silphium laciniatum* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो उत्तर दिसातिर झुकेर रहन्छ । सदा उत्तर दिसा झुक्ने हुनाले कम्पास रूख भनिन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, रौंदार, पात संयुक्त उत्तरदक्षिण फर्किएको त्रिशूलधारी, सुनौलो फुल्ने, बीजहरू तेलीय, चोप निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, अस्थिपोषक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : तेल १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ५५०. उन्यू चाँदी, चाँद, Silver Lace Fern, Slender Brake Plant, *Pteris ensiformis* (Family : Pteridaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका सेतो चाँदीवर्णको, हाँगाबिँगा भएको झपक्क परेको उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो-खैरो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो केही बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला,

पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धी रोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ-पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्ण दर्द, अङ्गशोथ आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १/१ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५५१. उरेली फूल, अपुतो, उरिलो, Golden Flower Plant, *Hypericum uralum* (Family : Hypericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सुनसमान सुनौलो, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो, टर्रो हल्का तितो बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मकविकार, रक्तविकार, कुपोषण, रक्ताल्पता, अल्सर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राको घाउ, मुखका खटिरा, कुपोषण, जलन, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, चर्मरोग, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५५२. उन्यू रानी, रानी उन्यू, Queen Kimberley Fern, *Arthropteris palisotii* (Family : Tectariaceae)

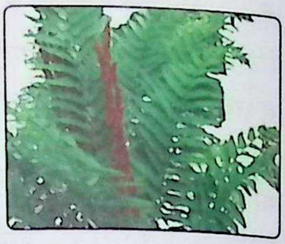
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पत्रदण्डमा पात दुवैतिर गएका संयुक्त भपक्क परेको, जरा खैरामा रसदार मांसल गेडा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र जडका फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, पेट र मिर्गौलारोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्णशूल, मूत्रकृच्छ्र आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५५३. उन्यू राजा, उचे गाईखुरे उन्यु, राजा उन्यू, Giant or King Fern, *Angiopteris evecta* (Family : Marattiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, मूलकाण्डबाट निक्लेका पत्रदण्डहरू, भालाकार पात दुवैतिर गएका संयुक्त, भपक्क परेको उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो-खैरो, जरा खैरा/सेता गाईखुरभैं हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो केही मिठो बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर,

मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानो, कान दर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धी रोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्से शरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्णशूल आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण २-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**५५४. उन्यू तेजपातको बास्ना आउने, तेजपत्रक उन्यू, Cinnamon Fern, *Osmunda cinnamomea*** (Family : Osmundaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, मूलबाट निक्लेका पत्रदण्ड-भालाकार पात दुवैतिर गएका संयुक्त, पातको उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो-खैरो, पुष्पदण्ड उचो हरियो पहेँलो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो केही मिठो बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटकारोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण २-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**५५५. उन्यू त्रिशूल, भुइँउन्यू, Fern Leaved Corydalis Herb, Man Eating Corydalis Plant, *Corydalis heterocarpa*** (Family : Papaveraceae)

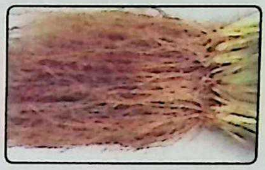
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, त्रिशूल आकारका पात दुवैतिर गएका संयुक्त चेप्टो, सुनौलो फुल्ने, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो केही बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, मधुमेह, प्रदर, अङ्गशोथ, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धी रोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, शोथयुक्त शरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**५५६. उखुबोक्रो, नरकचुर, महाभरी वच, Nakacharo Plant, *Zingiber zerumbet*** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात आधा अङ्गुल चौडा र ८-१२ अङ्गुल लामो, लामो डन्डीमा रातो फूल, फल एक अङ्गुल वृत्ताकार, बीज स-साना काला रङका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद अदुवाझैँ परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो

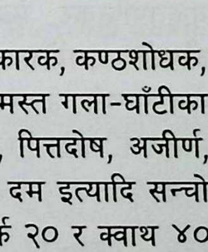
कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ४० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५५७. उशीर, मुरा, कुस्नहरी, खसखस जरा, Vetiver Plant, *Chrysopogon zizanioides* (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यसलाई गुन्द्री बनाएर सुत्ने घर-गोठ छाउने, भूक्षय रोक्ने भनिन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, बहुवर्षीय वनस्पति, पात धेरै लामो २०-४० से.मि. र चौडा ४-७ से.मि. साँघुरो कडा, बाला २०-३० से.मि. लामो बास्नादार फूल फुल्छ, जमिन मुनिको मूल १-३ से.मि. व्यास भएको कन्दमा मसिना रौंयुक्त जरा धेरै सुगन्धदायक हुन्छन् । स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त गला-घाँटीका रोग, कृमि, पेट पोल्ने, चिसोज्वर, अर्श, टन्सिल, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, सर्दी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ४० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५५८. उशीर नीलो डाँठ हुने, मुरा, खसखस जरा, Blue Stem Vtiver, *Andropogon gerardii* (Family : Poaceae)



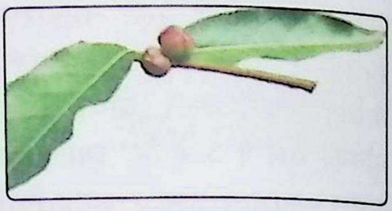
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यसलाई गुन्द्री बनाएर सुत्ने घर-गोठ छाउने, भूक्षय रोक्नेमा प्रयोग गरिन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, बहुवर्षीय वनस्पति, भालाकार पात धेरै लामो २०-४० से.मि. र चौडा ४-७ से.मि. साँघुरो कडा, बाला २०-३० से.मि. लामो, बास्नादार फूल फुल्छ, जमिन मुनिको मूल १-३ से.मि.व्यास भएको कन्दमा मसिना रौंयुक्त जरा धेरै सुगन्धदायक हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त गला-घाँटीका रोग, कृमि, पेट पोल्ने, चिसोज्वर, अर्श, टन्सिल, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, सर्दी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ४० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५५९. उसिनेको चामल, बफाएको चामल, Steam Rice

**चिनारी** : यो जुनसुकै चामल बफाएर सुकाइन्छ, बफाउँदा पानीमा छोइनु हुँदैन, यसको रङ सुकेपछि

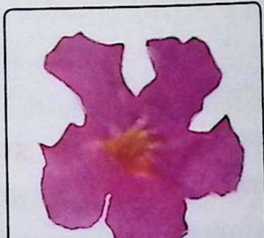
पहेँलो बन्छ । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा लाभ गर्छ । मोटोपन र कोलेस्टोरलमा फाइदा दिन्छ । यो चामलमा गुलियो पदार्थ/कार्बोहाइड्रेट धेरै कम हुन्छ । **मात्रा :** भात १ थाली, रोटी १-२ वटा लेदो/खोले १ माना ३-५ पटक ।

### ५६०. उत्तुस, उसो, गनगिभा, गेवा, Blind Eye Tree, Milky Mangrove, *Excoecaria acerifolia* (Family : Euphorbiaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, दूधे उपविष, पात लाम्चो-चुच्चो, पहेँलो फुल्ने, फल तीनभागमा बाँडिएको डल्लो, भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो तितो-टर्रो केही परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, कण्ठशोधक, मेदहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, आउँ-पखाला, कफ-दम, पिनास, गला-घाँटी सुन्निने, अङ्गदर्द, ज्वर, फोक्सोशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल २० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५६१. उक्चो मार्पो, Ukchoe Marpo (Am), Maire Plant, *Incarvillea mairei* (Family : Bignoniaceae)



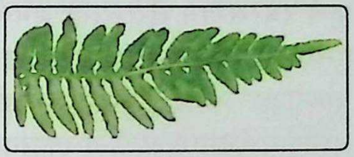
**चिनारी :** यो हिमाली पत्थरिलो भूमिको ३०००-४७०० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ बुटी, चेप्टो पात बाक्लो ठूलो, फूल बैजनी केशर पहेँलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तसम्बन्धी रोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, ग्याष्ट्रिक आदि सन्चो गर्छ । **मात्रा :** लेदो/धूलो आधा-एक चम्चा ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना १-३ पटक ।

### ५६२. उफलङ्गा, Ufalanga Plant

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो बाक्लो माथि टुप्पो घुम्रेको, फूल रातो हुन्छ, फलमा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक,

पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कान दर्द, पित्तसम्बन्धी रोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, बाँझोपन, रक्तरोग, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, पेटरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, गर्भरोग आदि सन्चो गर्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, टुक्रा टोक्ने/चुस्ने ३-५ पटक ।

### ५६३. उन्यू कोष्ठक, घुम्रेको उन्यू, Bracken Fern, *Pteridium aquilinum* (Family : Dennstaedtiaceae)

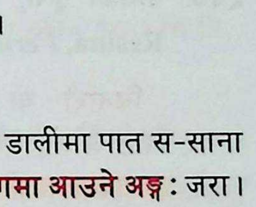


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, २-५ फिट अग्लो,नयाँ मुनामा घुम्रिन्छ, पात संयुक्त दुवैतिर गएका, जरा खैरो-कालो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । स्वभाव उष्ण र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मेदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तशोधक, पित्तनाशक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, अर्बुद, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, दम, खोकी, रक्तस्राव, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, अनिद्रा, रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय दर्द, गर्भाशय शिथिल, कब्ज, अर्श, हाइड्रोसिल, पिसाबरोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, जरास्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ५६४. उन्यू सुनौलो, सुनउन्यू, Golden Fern, Gold Fern Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, फिँजारिएका डालीमा पात स-साना अनेक नापका, जरा लामो, पहेँलो मुना निक्लने डाँठ र पातको रङ हल्का पहेँलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, कफपित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, पित्तज्वर निवारक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, अर्बुदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसको जरा, डाँठ र पातले पत्थरी, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, वातरोग, मोटोपन, कफवृद्धि, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद, दम, खोकी, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, क्षयरोग, रक्तरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. २-३ पटक।

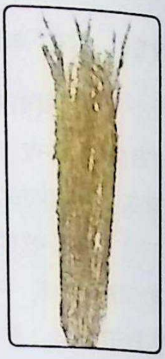
### ५६५. उल्टेकाँडो, बाघनङ, ग्रिधरनक्खी, गिरधारी, Tiger`s Claw, Devil`s Claw, *Martynia annua* (Family : Martyniaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, फराकिलो पात चेप्टो, कमलो, घण्टे फूल पहेँलो/नीलो/रातो/सुन्तले/सेतो रङ्गको फुल्ने, पाक्ने बेलामा बाघका नङझैं काँडाहरू, फल अण्डाकारमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, आक्षेपहर, विषघ्न, शोथघ्न, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हाड-

ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्ताल्पता, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस ३० र तेल ४० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

**५६६. ऊतीघाँस, उसिधान, उसधन, वेदीगवत, Beard Grass, Broomsedge Plant, *Hyparrhenia diplandra***
(Family : Poaceae)

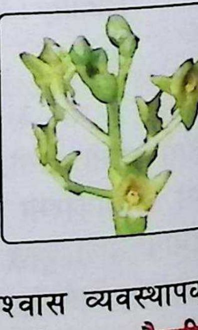


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रातो जामुनी रङको तृणधान्य हो । यसको धारिलो पात भालाकार, बास्ना आउने दालचिनीसमान हुन्छ । यसको फूल रबरसमान खैरो-रातो अथवा सेतो-पहेँलो गहुँसरि फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो बास्नादार लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तापमापक, कफनिस्सारक, वातघ्न, तनावहर, शोथघ्न, अर्शोघ्न, वेदनानाशक, बलकारक, अग्निकारक, आन्द्राको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कफरोग, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, दम, आन्त्ररोग, कोष्ठवात, वायुगोला, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, श्वासरोग, शीतज्वर, पिनास, आउँ-पखाला, आमवात, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० र आसव/अरिष्ट १०-३०मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, चूर्ण/लेदो १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**५६७. ऊसको ठूलो, उशक, कल्याण, कलख, समगहमाम, कन्दल, तर्मुस, Gum Ammoniac, Gummi Resina, *Ferula ammoniacum*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो इराक इरानतिर वा अति गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो बिरुवा ८-१५ फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, संयुक्त पात चेप्टो/त्रिशूलाकार, पतझर, सेतो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र बीजरू हुने, डाँठबाट चोप निस्कन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप। यो उष्ण स्वभाव र स्वाद परपराउने टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातनाशक, उत्तेजक, शोथघ्न, गण्डमाला उपयोगी, कफनिस्सारक, आतर्व प्रवर्तक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको चोपले पक्षाघात, वातरोग, गृध्रसीवात, जोर्नीवाथ, आमवात, घुँडा खिइने, दुख्ने, सुन्निएको, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : शुद्ध गरिएको १-२ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, चोप १-२ वटी, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

**५६८. ऋषभक सुनौलो, ऋषिप्रिय, डडेलधुरा, Vitality Increasing Herb, Rishi Tonic Plant, *Malaxis muscifera***
(Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो २०००-४५०० मिटरका हिमाली हावापानीमा पाइन्छ । मलिलो कालो चिस्यान माटोमा वा चट्टान वा रुखमा मिल्छ । यो दुर्लभ र लोपोन्मुख हुँदैछ । यो एक-दुई फिट अग्लो, यो विपरीत दुई पात ३-७ से.मि. लामो भदौतिर बालामा हरियो वा पहेँलो फुल्छ, गाना गोरुसिङ आकारको सानो हुन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, निद्राजनक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक मानिन्छ । **औषधीय**

**उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, मानसिक गड्बडी-अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हाडरोग, अनिद्रा, हाड-ढाड दुख्ने, रक्तको कमी, मासिकअधर्म, दुब्लोपन, मांशपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुङ्सकता, गर्भाशय शिथिल, मांसपेशी दुख्ने, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक

### ५६९. ऋषिमुनिफूल, जयन्तीफूल, कुरिलपाते लहरा, **Rishimuni Flower, Manakamana-vine Plant**

**चिनारी** : यो प्रायः उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ठूलो भ्याङ, कुरिलोभैँ मसिना पात, साउन-असोजतिर राम्रो रातो फुली आकारको फुल्छ, तेलीयबीज हुन्छन्। यो शोभा दिने, हरियाली लता अक्सिजनको स्रोत मानिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, अर्श, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग-पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसार इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस १ माना, काँढापानी १ गिलास,तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### ५७०. ऋद्धि गहुँपाते, गेहुँपत्ते ऋद्धिका, **Wheat Leaf Riddi Plant, *Habenaria* sp.** (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० अङ्गुल उचो, सर्वाङ्गमा नरम रौँ, गहुँसमान दुईबित्ता लामो पात गहुँभन्दा कमचौडा-भिन्नभिन्न पत्राकार, टुप्पामा रौँविशेष, कन्द बाहिर कालोभित्र सेतो लाम्चिलो गोलो चुच्चो भएको एवम् गाँठो आकार, सेतो फुल्ने, कन्द आवर्तशील कन्द बाँयातर्फ मोडिएको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द र पात। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो हल्का टर्रो र चिप्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातपोषक, अस्थिपुष्टिकर, स्त्रीधर्मपालक, सन्तानदायक, आयुर्वर्द्धक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, मृदुरेचक, बलकारक, योगवाही-महौषधि-जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गर्भरोग, दम, खोकी, रजःवीर्यरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, आन्द्राको घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, हाडको रोग, आयुक्षय हुने, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ३० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### ५७१. ऋषभक सेतो, श्वेतऋषभक, **White Risavak, Milky Rishavak Plant, *Malaxis* sp.** (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो १५००-४५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो लोपोन्मुख र दुर्लभ हुँदै गएको छ। यो सुक्खा ठाउँमा मिल्छ। यो वैशाखदेखि असोजसम्म पात रहन्छ, पात १-३ वटा, नरम-फराकिलो, सेतो डाँठ, जरा गोरुसिङ आकारका एउटा पुरानो अर्को नयाँ-पातलो बोक्रा, कन्दबाट पुष्पदण्ड निक्लन्छ, सेतो रङको फूलको बाला लाग्छ, पात भुकेर जरा छोपिरहन्छ, गानु चोपदार च्याप-च्याप लाग्ने, लसुनजत्रो कन्द, वर्षाकालमा बढेको पात शीतकालमा खिइन्छ सानो हुन्छ, ऋषभकको वृषश्रृङगवत् भनिन्छ। कन्दको

तल्लोभागमा उपजराहरू, शीतकाल-पात झर्ने बेलामा कन्द पहेँलो हुन्छ, गानो बहुवर्षीय हो, नयाँ गानो हरियो/सेतो/खैरो/मटमैलो रहन्छ जब छिप्पिन्छ गोरुको सिङसमान लसुन पोटी सिङमा परिवर्तन भइदिन्छ, डाँठ हल्का रातो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र पात। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो-चिप्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, प्राणशक्तिवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, रसायन, योगवाही, सन्तानदायक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जीवनीयतत्त्वह्रास, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्ताल्पता, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, हृदयरोग, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, क्वाथ १०० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी १-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

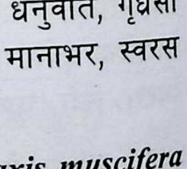
### ५७२. ऋद्धिका-एकपाते च्यप्टो-हरियो, Riddika One Leaf Plant, *Habenaria* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ। यो १५-३० से.मि. अग्लो, धेरै जरा, फागुनमा बालामा नीलो-प्याजी फुल्ने, एकपाते चेप्टो गानो हरियो फागुन-चैतमा निस्कन्छ र वर्षादमा हराउँछ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, पुष्टिकर, कामोद्दीपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, बलकारक, रज:वीर्यसुधारक, मूत्रल, तृप्तिकारक, शिरोरोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रज:वीर्यविकार, गर्भरोग, बाँझोपन, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, हृदयरोग, रगतको कमी, बुढचौलीपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात साग १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### ५७३. ऋषभक चारपाते, गोविन्दमाला, गाच्नो, Risavak Hygenic Plant, *Malaxis* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डी क्षेत्रमा पाइन्छ। यो वनस्पति १-२ फिट अग्लो, बालामा पहेँलो फुल्ने, २/२ विपरीत गएका च्याप्टा फराकिला पात, गाना-कन्दमा मसिना जरा हुन्छ। यो शीतोष्णमा धेरै मिल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, बलकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, वीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रज:वीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्द्धक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक मानिन्छ। स्वाद मीठो र चिफ्लो। स्वभाव शीतल-शामक। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, वीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रज:वीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटा ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा कन्दस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

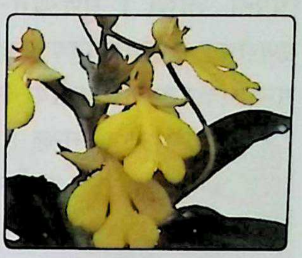
### ५७४. ऋषभक, ऋषिप्रिय, वन्धुरा, Vitality Increasing Herb, Rishi Tonic, *Malaxis muscifera* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो २५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। मलिलो कालो चिस्यान माटोमा मिल्छ। यो दुर्लभ र लोपोन्मुख हुँदैछ। यो एक-दुई फिट अग्लो, यो विपरीत दुई पात ५-७ से.मि. लामो भदौतिर बालामा पहेँलो फुल्छ, गाना गोरुसिङ आकारको सानो हुन्छ। स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, मधुर, गर्भसन्धानकारक, रजवीर्यवर्द्धक, पुष्टिकर,

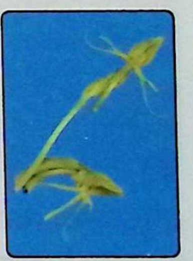
क्षयनाशक, वात-पित्तनाशक, शक्तिकारक, तृप्तिदायक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, सप्तधातु उत्पादक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, रक्तदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुवात, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, दर्द, जोर्नीवाथ, धातुरोग, आन्द्रा सुक्ने, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो १०-२० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, धूलो १/१ चम्चा ३-५ पटक।

### ५७५. ऋद्धि सुनौलो, जीवदात्री, Golden Vital Plant, *Habenaria rhodocheila* (Family : Orchidaceae)



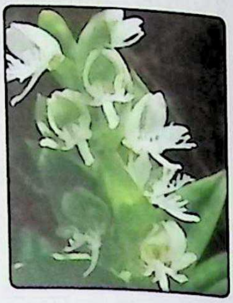
**चिनारी** : ऋद्धि १८००-४५०० मिटरसम्म असजिलो भीर र घाँसे मैदानमा पाइन्छ। ऋद्धि सुप्रसिद्ध अष्टवर्गको एक औषधि हो। यो लताको कन्दमा रौँयुक्त सेता भुस, कपास गानाको समान र छिद्रसहित, जरामा प्वाल र पात धारिलो हुन्छ। यो सुनगाभा प्रजातिको ३-५ फिट अग्लो, पाँचऔँलेसमान बोट किन्तु लाम्चो चुच्चो केही फराकिलो पात मोटो र ठूलो डाँठ हुन्छ। यो सुनौलो प्रकारको फूल भदौमा फुल्छ, जरा कपासको गाँठोसमान माथिसेता रौँ हुन्छन्। मंसिरमा यो बिरुवा नै सुक्दछ। यसको औषधीय कन्द र पातसमेत मानवस्वास्थ्य पोषणका लागि प्रयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : ऋषिमतानुसार ऋद्धि मधुर, स्निग्ध, मेदमज्जाजनक, रुचिकारक, रक्तशोधक, शक्तिवर्द्धक, प्राणदायक, बलकारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यस कन्दले रक्तपित्त, वातरक्त, गर्मीज्वर, क्षय, तिर्खा, भोक, मुर्च्छा, कमजोरी, कुपोषण, क्षयरोग, रजःवीर्यदोष, रक्ताल्पता, दुब्लो-पातलो, हाड-ढाड-कम्मर-मेरुदण्ड दर्द, पर्याप्त रजःबीजको अभाव, तनाव, मानसिक समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो अमृत र निर्दोष बुटी हो। **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, १ माना काँढापानी, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ५७६. ऋद्धि अण्डाकारपत्रक, भुइँसुनाखरी, कन्देसुनगाभा, Tuber Orchid, Yufeng Hua, Mizu, *Habenaria aitchisonii* (Family : Orchidaceae)



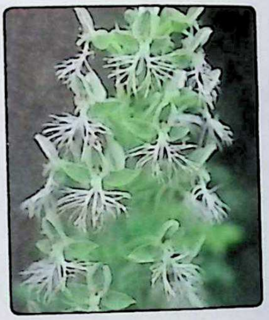
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो दुर्लभ, भुइँ वा चट्टानमा मिल्छ। यो १५-३५ से.मि.अग्लो डाँठ, २ पात १५-३० से.मि. अण्डाकार, श्रावण-असोजमा बास्नादार फूल, हरियो पुष्पदण्डमा पहेँलो फूल, फलभित्र मसिना धूलो, धेरै जरा फुस्रा हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिफ्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, मूत्रल, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, जीवनीयत्त्वरक्षक, आयुर्वर्धक, कफपित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रजवीर्यस्तम्भक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मृगौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, निम्नरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकस्राव, नेत्ररोग, कमलपित्त, जिब्रो-मुखपाक्ने, आन्द्रासुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, हृदयरोग, रक्तरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

**५७७. ऋद्धि काइँयो, कङ्घीसुनाखरी, The Comb Like Habenaria, Jian Ye Yu Feng Hua, *Habenaria pectinata***
(Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ८००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, वृक्ष वा भुइँ वा चट्टानमा मिल्छ । यो २-३ फिट अग्लो वा लामो, पात ६-८ से.मि. लामो भालाकार चुच्चो, श्रावण-असोजमा बास्नादार फूल सेतो, फलभित्र मसिना धूलो, कन्दहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिफ्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, मूत्रल, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, जीवनीयत्त्वरक्षक, कफपित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रजवीर्यस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मृगौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, निम्नरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकस्राव, नेत्ररोग, कमलपित्त, जिब्रो-मुखपाक्ने, आन्द्रासुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, हृदयरोग, रक्तरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

**५७८. ऋद्धिका सुनाखरी, मुनिसुनगाभा, Muni Orchid, Mao Ban Yu Feng Hua, *Habenaria arietina***
(Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १२००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, भुइँ वा चट्टानमा मिल्छ । यो ४५-६० से.मि.अग्लो डाँठ, २ पात ३-५ से.मि. चेप्टो चुच्चो, श्रावण-असोजमा बास्नादार फूल, हरियो पुष्पदण्डमा फूल, फलभित्र मसिना धूलो, जरामा १-३ कन्द हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिफ्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, मूत्रल, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, आयुर्वर्धक, कफपित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रजवीर्यस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मृगौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, निम्नरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकस्राव, नेत्ररोग, कमलपित्त, जिब्रो-मुखपाक्ने, आन्द्रासुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, हृदयरोग, रक्तरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

**५७९. ऋद्धि तरबारे, सुनाखरी, तलबालसुनगाभा, Sword Orchid, The Sword Shaped Leaf Habenaria, *Habenaria ensifolia*** (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, भुइँ वा चट्टानमा मिल्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो, श्रावण-असोजमा बास्नादार फूल हरियो-सेतो, फलभित्र मसिना धूलो, कन्दहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिफ्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, मूत्रल, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक,

रक्तवर्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, जीवनीयत्त्वरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रजवीर्यस्तम्भक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मृगौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, निम्नरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकस्राव, नेत्ररोग, कमलपित्त, जिब्रो-मुखपाक्ने, आन्द्रासुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, हृदयरोग, रक्तरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

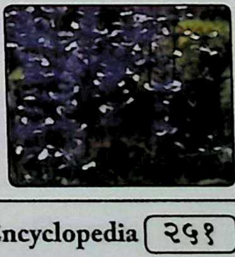
### ५८०. ऋषभक हरियै, हरितसुनगाभा, The Bottle Brush Orchid, Green Flowered Liparis, Chang Jing Yang Er Suan, *Liparis viridiflora* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ८००-३३०० मिटरमा पाइन्छ। यो पहाडीक्षेत्रमा धेरै मिल्छ। यो वनस्पति १-२ फिट अग्लो, धेरै र छिटो गाँजिन्छ, भाद्र-मङसीरतिर बालामा हरियो वा पहेँलो फुल्ने, २/२ विपरीत गएका भालाकार पात, गानामा उपजरा हुन्छन्। **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, बलकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्धक, वीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्धक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक मानिन्छ। **स्वाद** : मीठो। **स्वभाव** : शीतल-शामक। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, वीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा कन्दस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ५८१. ऋषिसुनगाभा, अङ्कुशेसुनाखरी, Er Yre Don Bei Lan, The Hooded Neottianthe Plant, *Neottianthe cucullata* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्णजलवायुका २७००-५३०० मिटरमा पाइन्छ। यो वनस्पति आधा-एक फिट अग्लो, धेरै र छिटो गाँजिन्छ, भाद्रतिर बालामा निलो वा रातो-सेतो वा गुलाबी, भालाकार पात, चेप्टा गानामा उपजरा हुन्छन्। **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, वातहर, बलकारी, प्राणशक्तिवर्धक, रजवीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्धक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक मानिन्छ। **स्वाद** : मीठो। **स्वभाव** : शीतल-शामक। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, वीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

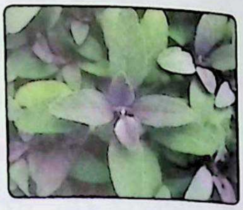
### ५८२. ऋषितुलसी, निलाम सालभिया, Mealy Cup Sage, *Salvia farinacea* (Family: Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, लामो भालाकार पात, सदा हराभरा रहने शोभनीय बिरुवा, गाढा नीलो बालामा फुल्ने, पुष्पदण्डमा फूल छिप्पिएपछि खैरा-काला तेलीय गेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वाद परपराउने-बास्नादार, केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै

भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अग्निवर्द्धक, चर्मरोगहर, शीतज्वरनिवारक, मानसिक रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी, दम, पिनास, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, दर्द, छालाका रोग, कफ-चिसोज्वर, अर्श, गानो, आउँ-पखाला, मानसिक रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, पत्रस्वरससुई २-१० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ५८३. ऋषिवनस्पति नीलो, सन्तबुटी, Sage Green Plant, *Salvia officinalis* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-७ अङ्गुल उचो, चेप्टो बाक्लोपात लाम्चो, बास्नादार, बालामा नीलो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि गेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वाद परपराउने-पिरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, जलशोषक, चर्मरोगहर, श्वास व्यवस्थापक, अग्निकारक, मेदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, दम, खोकी, पिनास, गलग्रन्थिशोथ, दाद, जनैखटिरा, अर्श, लुत्तो, श्वसनविकार, जठराग्नि विकार, त्वकविकार, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मन्दाग्नि, वायुदोष, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरससुई २-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ५८४. एक्लेबीर नीलो, नीलकेश, एकलवीर, Great Blue Lobelia Plant, *Lobelia siphilitica* (Family : Campanulaceae)

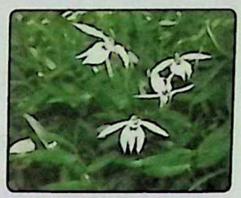
**चिनारी** : यो उपविष १५००-३००० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कमजोर हाँगारू र डाँठ गुलाबी र अर्कोतिर हरियो, पात आयाताकार चुच्चो, पुष्पदण्डमा नीलो-कलेजी फुल्ने, फल चार जुँगाको वर्गाकार तेलीय दाना लाग्छन् र मंसिरमा पाक्छन् । यसलाई पञ्चगव्यमा अथवा शास्त्रबमोजिम प्रशोधन गर्नुपर्छ । स्वाद परपराउने-कोक्याउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, दर्दहर, वातहर, शोथघ्न, निद्राकर, चर्मरोगहर, उपविषकारक, चर्मअर्बुदहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। शोधन पछि **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, दाद, कुष्ठ, दुबी, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, धनुर्वात, सर्वाङ्गवात, अर्श, अण्डकोषवृद्धि, अङ्गदर्द, ठोक्किएको, लडेको, यौनरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण १ ग्राम, वटी १ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो १ ग्राम २-३ पटक ।

### ५८५. एकदिने च्याउ, लकपुनी च्याउ, One day Mushroom

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षादको लामो झरी बादलमा घना वनहरूमा उम्रन्छ । रातमा पलाउँछ, भोलिपल्ट १० बजेभित्र टिपिसक्नुपर्छ नत्र यो सड्छ । यो सेतो वर्णको रातो टीके छातासमान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेटको रोगमा लाभदायक, पोषक, मृदुरेचक, मूत्रल, सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, अर्शोघ्न, शोथघ्न, रक्तविकारहर, आन्द्रा रोगमा फाइदाकर, बलकारी, पुनर्यौवनदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, कमलपित्त, मूत्रकृच्छ्र, दुब्लो, कुपोषण,

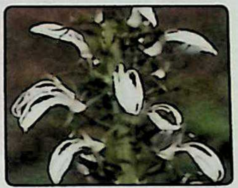
रक्तस्राव, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ वटा, रस/लेदो ५-१० ग्राम, पकाएको तरकारी रस २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### ५८६. एक्लेबीर सेतो-गुलाबी झार, एकबीरे, एकवीरबुटी, Nepal Lobelia Plant, *Lobelia chinensis* (Family : Campanulaceae)



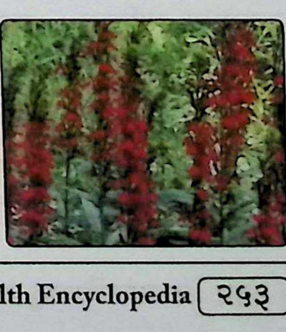
**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरसम्मका जलवायुमा पाइन्छ । यो धेरै गाँजिन्छ, लहरिएर फैलिन्छ, ओसिलो माटोमा मिल्छ। यो उपविष १५-४५ से.मि. अग्लो वा लामो फैलिन्छ, पात चेप्टो केही टेणो, फूल सेतो फुल्छन्, जरा प्रशस्त हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उत्तेजक हुन्छ र स्वाद पीरो-टर्रो परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, कृमिमारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अर्बुदहर, वेदनानाशक, पीडाहर, निद्राजनक, कुष्ठघ्न, व्रणरोपक, धातु-उपधातुमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सर्पदंश, कुकुरटोकाइ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, स्वायुवात, सर्वाङ्गवात, आमवात, शोथ, अर्बुद, कटिशूल, पृष्ठशूल, हाड-ढाड मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, कुष्ठ, दाद, अर्श, समस्त वातरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, छालारोग, उदरकृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसलाई घ्यू/तेलमा पकाएर-डढाएर छानेर मालिस गर्ने, ताजापात लेपन गर्ने पञ्चगव्यमा शोधन गरी खाने । **मात्रा** : मूल चूर्ण आधा-एक ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., पात २-३ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक।

### ५८७. एक्लेवीर सेते, एकवीर, भालाकारपाते एउटावीर, एकवीर, Lobelia Arrow Leaf Plant, *Lobelia pyramidalis* (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरका ठण्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो उपविष ३-१० फिट अग्लो, सुन्दर बिरुवा, डाँठबाट दुवैतिर गएका पात भालाकार, सेतो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि फल पाकी बीजहरू, फेदमा जरा हुन्छन् । यसको नजिक जाँदा बेहोश बनाउँछ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो-परपराउने-पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, विषघ्न, अर्बुदहर, मदकारक, पीडाहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, निद्राजनक, क्रिमिमारक, श्वासरोगहर, चर्मरोगहर, धातु-उपधातुमारक, कफनिस्सारक, जलशोषक मानिन्छ । यसलाई पञ्चगव्य अथवा कुनै वनस्पतिको अर्कमा शोधन गरी खाने प्रचलन छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सर्पविष, कुकुर चित्थारी, वातव्याधि, अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, विष प्रभाव, श्वासरोग, शोथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, हाड-ढाड-मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, अङ्गवात, दर्द, अर्श, लहरे-पहरे खोकी, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कटिवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। कुष्ठ, दुबी, दाद, छालाको अर्बुद इत्यादिमा पिसेर लगाउनुपर्छ। **मात्रा** : मूल/बीज/पञ्चाङ्ग चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र तेल/क्वाथ ३० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक।

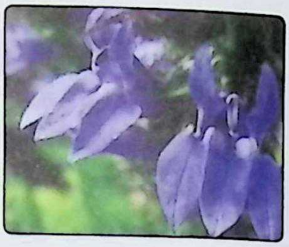
### ५८८. एक्लेवीर रगते, रक्तएकवीर, Blood Lobelia, Blood Flower Plant, *Lobelia cardinalis* (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरका ठण्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो उपविष २-४ फिट अग्लो, डाँठ हरियो, पात २० से.मि.लामो र ५ से.मि. चौडाइको चुच्चो, रगतसमान फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि फलमा बीजहरू, फेदमा जरा हुन्छन्। छिपिएर चोपिलो हुँदा यसको नजिक जाँदा बेहोश बनाउँछ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो-परपराउने-पिरो

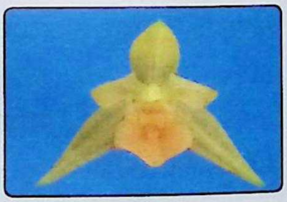
हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, विषघ्न, विषमारक, अर्बुदहर, मदकारक, पीडाहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, निद्राजनक, क्रिमिमारक, श्वासरोगहर, चर्मरोगहर, धातु-उपधातुमारक, कफनिस्सारक, जलशोषक मानिन्छ । यसलाई पञ्चगव्य अथवा कुनै वनस्पतिको अर्कमा शोधन गरी खाने प्रचलन छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त वातव्याधि, सर्पदंश, अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, विष प्रभाव, श्वासरोग, शोथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, हाड-ढाड-मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, अङ्गवात, दर्द, अर्श, लहरे-पहरे खोकी, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कटिवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । कुष्ठ, दुबी, दाद, छालाको अर्बुद इत्यादिमा पिसेर लगाउनुपर्छ । **मात्रा** : मूल/बीज/पञ्चाङ्ग चूर्ण १ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र तेल/क्वाथ ३० मि.लि., भस्म आधा ग्राम २-३ पटक ।

### ५८९. एक्लेवीर निलो, नीरएकवीर, एउटावीर, एकवीर, Lobelia Blue, Cardinal Flower Plant, *Lobelia siphilitica* (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरका ठण्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो उपविष २-३ फिट अग्लो, १-२ फिट फैलिन्छ, पात लामो चुच्चो, निलो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि फल लाम्चो मसिना बीजहरू, फेदमा सेता वा खैरा जरा हुन्छन् । यो बोट चोपिलो हुँदा नजिक जाँदा बेहोश बनाउँछ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो-परपराउने-पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, विषघ्न, अर्बुदहर, मदकारक, पीडाहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, निद्राजनक, क्रिमिमारक, श्वासरोगहर, चर्मरोगहर, धातु-उपधातुमारक, कफनिस्सारक, जलशोषक मानिन्छ । यसलाई पञ्चगव्य अथवा कुनै वनस्पतिको अर्कमा शोधन गरी खाने प्रचलन छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सर्पदंश, कुत्ता टोकाइ, समस्त वातव्याधि, अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, विष प्रभाव, श्वासरोग, शोथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, हाड-ढाड-मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, अङ्गवात, दर्द, अर्श, लहरे-पहरे खोकी, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कटिवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । कुष्ठ, दुबी, दाद, छालाको अर्बुद इत्यादिमा पिसेर लगाउनुपर्छ । **मात्रा** : मूल/बीज/पञ्चाङ्ग चूर्ण १ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र तेल/क्वाथ ३० मि.लि., भस्म आधा ग्राम २-३ पटक ।

### ५९०. एकलपुष्पसुनगाभा, एक्लेफूल सुनाखरी, Dan hua Qu Chun Lan, The Single Flowered Panisea, *Panisea uniflora* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो पुराना वृक्षहरूमा उम्रन्छ । यो वनस्पति १-३ से.मि. लामो, बैशाख-असारतिर सेतो/हरियो/पहेँलो त्रिशूल फूलमा पहेँलो वा रातो टीका फुल्ने, ५-१० से.मि.को लाम्चो भालाकार पात, जरा मसिना हुन्छन् । **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, वातहर, बलकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्धक, रजवीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्धक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक मानिन्छ । **स्वाद** : मीठो र टर्रो । **स्वभाव** : शीतल-शामक ।

**औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, रजवीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ५९१. एक्लोपाते सुनगाभा, एकलपत्रक सुनाखरी, One Leaf Pleione Plant, Peacock Orchid, *Pleione hookeriana* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीका २०००-४५०० मिटरमा दुर्लभसँग पाइन्छ । यो पुरानावृक्ष वा चट्टानमा मिल्छ । यो एक्लो पात २-५ से.मि. अण्डाकार चुच्चो, असार-असोजमा सेतो फूलमा केशर पहेँलो माथि रातो दाग रहेको फुल्ने, लाम्चो फलमा बीजहरू, जरामा १-३ कन्द हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्धक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगौलाशिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस २० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५९२. एक्कासुनगाभा, सुइरो सुनाखरी, Needle Sharp Leaved Luisia, Low Land Orchid, *Luisia zeylanica* (Family : Orchidaceae)

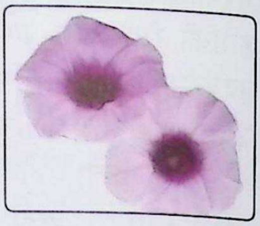
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो वृक्ष/चट्टान/भुइँमा मिल्छ । यो ओसिलो र चिस्यान वा सिमसारक्षेत्रमा उम्रन्छ, । यो ३०-५० से.मि. लामो वा अग्लो, पात एक फिट लामो सुइरे, बैशाख-श्रावणमा फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, लाम्चो फलमा मसिना तेलीय बीजहरू, जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, निद्राजनक, हृदयहितकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, विबिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, हाड-ढाड दुख्ने, रक्तको कमी, मासिकअधर्म, दुब्लोपन, मांशपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, मांसपेशी दुख्ने, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ५९३. एकबिहानै फुल्ने सुनाखरी, ब्रह्ममुर्हुतसुनगाभा, Pairs Pleione, Early In the Mornig Blooming Orchid, You Qiao Du Shuan Lan, *Pleione praecox* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-३५०० मिटरमा दुर्लभसँग पाइन्छ । यो पुरानावृक्ष वा चट्टानमा मिल्छ । यो जोडीपाते, पात १०-२० से.मि. अण्डाकार चुच्चो, भदौ-मङसीरमा बास्नादार बैजनी वा नीलो वा सेतो फूल फुल्ने, लाम्चो फलमा बीजहरू, जरामा १-३ कन्द हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्क पुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी,

रक्तवर्धक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रज:वीर्यदोष, हृदयरोग, मृगौलाशिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस २० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५९४. एकबिहानी फूल, काकाटन पुष्प, Morning Glory Plant, *Argyreia hookeri* (Family : Convolvulaceae)

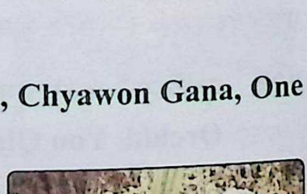


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो, पात गोलाकार दुई फक्ल्याँटा वा चेप्टोपाते थोरै पात, फूल सेतो ठूलो थुङ्गा बीचमा प्याजी-गुलाबी-रातो रङको टीका भएको एक बिहानै फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, यौनरोगहर, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, मृदुरेचक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, यकृतपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, रक्तदोष, पत्थरी, कामला, ज्वर, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्श, कब्जियत, कलेजोरोग, सुजाक, घाउ-खटिरा, यौनरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई २-५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, फूल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ५९५. एकखुट्टे साग लेकाली, एकजरो, Lowbed-Leaf, Himalayan Typhonium, One Leg Plant, *Typhonium diversifolium* (Family : Araceae)

**चिनारी** : एकखुट्टे साग २०००-३००० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-९० से.मि.अग्लो, पालुवामा आकर्षक बुटी, एकपात तीनचोसे, तेलीयबीज हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल-शीतवीर्य हुन्छ। यसले रगत बढाउँछ र मोटाउँछ। यसको ताजा रस रगत नै हो। यो उसिनेर, बफाएर अथवा स्वरस खान सकिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, र पेट शुद्धिकर, पाचक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तवर्द्धक, रज:वीर्यसुधारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, बलकारक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, पित्तवृद्धि, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो-पातलो, शक्तिक्षय, विस्मृति, कमलपित्त, रक्तपित्त, ज्वर, मूत्ररोग, कब्ज, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आँखा कमजोर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम धूलो, साग ३०-१०० ग्राम, स्वरस १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., टुक्रा चुस्ने २-३ पटक ।

### ५९६. एकपाते भुइँतरुल रातो, रक्तच्यवनकन्द, एकपत्रा, Ekpate Vuin Kanda, Chyawon Gana, One Leaf Roots Enough



**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो, एक सुइरे एक पात (ठूलो सिरुको पातझैं) फूल रातो, जरामा १०-२० वटा गोलाकार कन्द केही रातोपन लिएको जमिनभित्र फैलिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल-शामक। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सन्धिबन्धनकारी, पुष्टिकर-बलवर्द्धक, वातव्याधिहर, सप्तधातुरक्षक, रज:वीर्यसुधारक, आयुर्वर्द्धक,

तृप्तिकारक, अस्थिपोषक, रक्तविकारहर, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भस्थापक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको कन्दले हाडजोर्नीको रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गवात, सुन्निएको, लिङ्गशैथिल्य र नपुसंकता, दुब्लो-पातलो, कब्ज, अर्श, मुटुरोग, आन्द्राको निष्क्रियता, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, धनुर्वात, कटिवात, मेरुदण्डदर्द, रक्तस्राव, धातुरोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, बाँझोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/धूलो, १ माना काँढापानी, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० मि.लि., जरा चुस्ने ३-५ पटक।

### ५९७. एकपाते तरुल गर्मीको, One Leaf Meeting Vine

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका ५००-१५०० मिटरमा पाइन्छ। यो तरुलझैं एकपाते हुन्छ। यो लहरो हो। यसको लता ठूलो, एक पात चेप्टो, फूल हरियो, गेडा गोलाकार, जरामा गानो हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, वातव्याधिहर पीडानाशक, अस्थिपोषक, स्मृतिदायक, उदररोगमा उपयोगी, आयुर्वर्द्धक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, कब्ज, जोर्नीवाथ, आमवात, हाडको रोग, स्मृतिह्रास, कुपोषण, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, अर्श, उदरशूल, पेट पोल्ने, दुब्लाउने, अङ्गशोथ, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ३-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस १०-२० ग्राम, वटी ३-५ वटा, उसिनेको/बफाएको/साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### ५९८. एक्लेवीर सेतो झुसे, श्वेतकेश, एकलबीर, Hairly White Lobelia Plant

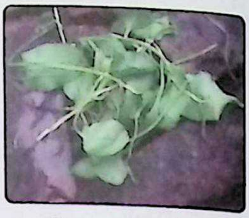
**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, कच्चा कमजोर हाँगा र डाँठ, पात आयाताकार चुच्चो, सेतो रौं भएका, पुष्पदण्डमा सेतो-हरियो फुल्ने, पुष्प परिपक्व भएपछि मसिना दाना लाग्छन् र मंसिरमा पाक्छ। यसलाई पञ्चगव्यमा अथवा शास्त्रबमोजिम प्रशोधन गर्नुपर्छ। स्वाद परपराउने-कोक्याउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, दर्दहर, वातहर, शोथघ्न, निद्राकर, चर्मरोगहर, उपविषकारक, चर्मअर्बुदहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, दाद, कुष्ठ, दुबी, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, धनुर्वात, सर्वाङ्गवात, अर्श, अण्डकोषवृद्धि, अङ्गदर्द, ठोक्किएको, लडेको, यौनरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम २-३ पटक।

### ५९९. एक्ले डाँठ, एक्ले अशाखा, Tonic Lonely Herb, Tonic Root Plant

**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो एक-डेढ फिट अग्लो विनाहाँगाबिँगाको सिधा जाने लुलो, आँख्ला भएको चुच्चो परेको, फेद चाक्लो, टुप्पोमा ३ पात छत्री आकारको डाँठलाई पातले ढाक्छ, सेतो मसिना धेरै जरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **गुण-धर्म-कर्म** : यो एक्ले सर्वरोगनाशक, अवस्थास्थापक, प्राणदायक, आयुर्वर्द्धक, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, अस्थिपोषक, वेदनानाशक, स्नायुतन्तुशक्तिवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, विषघ्न, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाड-ढाडको रोग, क्षयरोग, बुढचौलीपन, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अङ्गदर्द, भेदक रजःवीर्यको अभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ, शक्ति दिन्छ, स्नायुतन्तु-हाड-मासुको सन्धिस्थललाई बलियो पार्छ, पेटका घाउलाई सन्चो गर्छ,

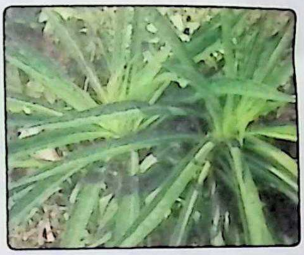
कमजोरी, दुब्लो मानिस मोटाउँछ, वृद्धवृद्धा मजबुत बन्छन्, नपुष्टिएको शरीरले ऊर्जा पाउँछ, रक्तवृद्धि हुन्छ। यसको ताजा जरालाई कुटेर भाँचिएको ठाउँमा पट्टी बाँध्ने प्रचलन छ। **मात्रा** : लेदो/धूलो १ चम्चा ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ६००. एकखुट्टे साग हिमाली, **Himalayan Typhonium Plant,** ***Heterostasis diversifolia*** (Family : Araceae)



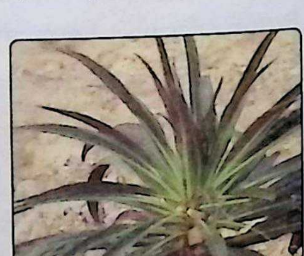
**चिनारी** : यो हिमालय क्षेत्रका शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो, डाँठमा एक पात तीनचोसे, साथमा मुना वा भाप्रा नयाँ रातो कोपिला फक्रेर आउँछ, बालामा हरियो-सेतो फुल्छ र फूलमा नै मसिना तेलीयबीज लाग्छन्। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग जरासमेत। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पुष्टिकर, नेत्रज्योतिदायक, रक्तवर्द्धक, बलकारी, पित्तनाशक, ज्वरघ्न, मिर्गौला र सुक्खा आन्द्रामा लाभदायक, पाचक, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तपत्थरी, मिर्गौलापत्थरी, पिसाब नखुल्ने, कब्ज, आँखा कमजोर, रगत कमी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, हृदय तीव्र गति हुने, अम्लपित्त, कमलपित्त, ज्वर, रगतदोष, मासिकअधर्म, वीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, पेय १ गिलास, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### ६०१. एक्लेवीर सेतो, एकवीर सफेद, श्वेतएकवीर, भुयुपिचुतु, **White Lobelia Plant,** ***Lobelia* sp.** (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो ५००-२००० मिटरसम्मका जलवायुमा पाइन्छ। यो उपविष ५-७ फिट अग्लो, सुन्दर बिरुवा मुख्य डाँठमा दुवैतिर गएका लामा पात सेता धर्का भएका, फूल हाँगाको टुप्पोमा गुच्छामा सेतो-गुलाबी फुल्छन्। पुष्प छिप्पिएपछि मसिना राता-काला तेलीयबीज प्रशस्त हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उत्तेजक हुन्छ र स्वाद पिरो-टर्रो परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अर्बुदहर, वेदनानाशक, पीडाहर, निद्राजनक, कुष्ठघ्न, व्रणरोपक, धातु-उपधातुमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ। यसलाई पञ्चगव्यमा शोधन गर्नुपर्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, गृध्रसीवात, स्वायुवात, सर्वाङ्गवात, आमवात, शोथ, अर्बुद, कटिशूल, पृष्ठशूल, हाड-ढाड मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, कुष्ठ, दाद, अर्श, समस्त वातरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसलाई घ्यू/तेलमा पकाएर-डढाएर छानेर मालिस गर्ने, ताजापात लेपन गर्ने पञ्चगव्यमा शोधन गरी खाने। **मात्रा** : बीज र मूल चूर्ण आधा-एक ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., पात २-३ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक।

### ६०२. एक्लेवीर रातो, रक्तएकवीर, एउटावीर, लालएकवीर, **Red Lobelia Plant,** ***Lobelia* sp.** (Family : Campanulaceae)



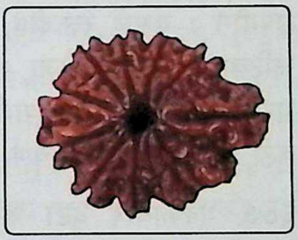
**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो उपविष ५-७ फिट अग्लो, सुन्दर बिरुवा, रातो डाँठमा दुवैतिर गएका लामा पात चुच्चो परेको कमलो, डाँठको टुप्पोमा गुच्छामा रातो-गुलाबी फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि मसिना-काला-गाढा राता बीजहरू, फेदमा राता-खैरा जरा हुन्छन्। यसको नजिक जाँदा बेहोस बनाउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो-परपराउने-पिरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, विषघ्न, अर्बुदहर, मदकारक, पीडाहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, निद्राजनक, कृमिमारक, श्वासरोगहर,

चर्मरोगहर, धातु-उपधातुमारक, कफनिस्सारक, जलशोषक मानिन्छ । यो पञ्चगव्यमा शुद्ध गरी खानुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त वातव्याधि, अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, विष प्रभाव, श्वासरोग, शोथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, हाड-ढाड-मेरुदण्डको रोग, जोर्नीवाथ, अङ्गवात, दर्द, अर्श, लहरे-पहरे खोकी, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कटिवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले कुष्ठ, दुबी, दाद, छालाको अर्बुद इत्यादिमा पिसेर लगाउनुपर्छ। **मात्रा** : मूल/बीज/पञ्चाङ्ग चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र तेल/क्वाथ ३० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक ।

### ६०३. एकखुट्टे साग गर्मीको, Tropical Typhonium Plant, *Heterostasis* sp. (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० से.मि. अग्लो, डाँठमा एक पात तीनचोसे, साथमा भाप्रा नयाँ रातो कोपिला फक्रेर आउँछ, बालामा हरियो-सेतो फुल्छ र फूलमा नै मसिना तेलीयबीज लाग्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग जरासमेत। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पुष्टिकर, नेत्रज्योतिदायक, रक्तवर्द्धक, बलकारी, पित्तनाशक, ज्वरघ्न, मिर्गौला र सुक्खा आन्द्रामा लाभदायक, पाचक, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तपत्थरी, मिर्गौलापत्थरी, पिसाब नखुल्ने, कब्ज, आँखा कमजोर, रगत कमी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, हृदय तीव्र गति हुने, अम्लपित्त, कमलपित्त, ज्वर, रगतदोष, मासिकअधर्म, रजवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, पेय १ गिलास, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६०४. एघारमुखे रुद्राक्ष, 11 Rudra's Eyes Tree



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको माध्ययमबाट तान्त्रिकसिद्धिमा साधकजनले साधनाद्वारा स्व-ऊर्जा जागृत गरी आध्यात्मिक आनन्दको महसुस गर्दछन् । यो ५ ज्ञानेन्द्रिय, ५ कर्मेन्द्रिय र एक मनयोग मानिन्छ । यो ५०-१०० फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । बीजको पूजाआजा-ध्यानधारणामा लगाइन्छ भने अन्यभाग स्वाद टर्रो हल्का तितो हुन्छ जसलाई औषधिमा प्रयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रसायन, हृदयरोगमा हितकारी, राजयक्ष्मानाशक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६०५. एक्लेवीर कालो, कालो एउटावीर, कृष्णएकवीर, Black Lobelia Plant, *Lobelia* sp. (Family : Campanulaceae)

**चिनारी** : यो २०००-३५०० मिटरका उच्च लेकको जलवायुमा पाइन्छ । यो उपविष ३-५ फिट अग्लो, डाँठमा दुवैतिर गएका लामा पात, मसिना-नरम भुस भएका काण्ड/पात/जरा हल्का कालो-नीलो

रङको, डाँठको टुप्पोमा गुच्छामा नीलो-कालो फुल्छ । पुष्प छिप्पिएपछि मसिना काला तेलीयबीजहरू, फेदमा जरा हल्का कालो-खैरो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उत्तेजक उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो-परपराउने पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, मदकारक, विषघ्न, अर्बुदहर, पीडाहर, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, कृमिमारक, व्रणरोपक, यौनरोगहर, परादशंशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, पक्षवात-पक्षाघात, गृध्रसीवात, आमवात, जोर्नीवाथ, स्नायुगत नसावात, मांसपेशीय वात, अङ्गशोथ, दाद, दुबी, कुष्ठ, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको ताजा पात पिसेर लगाउने-लेपन गर्ने/घ्यू/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गर्नुपर्छ । यसलाई पञ्चगव्यमा अथवा कुनै वनस्पतिको अर्कमा शोधन गरी खानुपर्छ । **मात्रा :** बीज/मूल चूर्ण १-२ ग्राम, पात चूर्ण २-३ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क/क्वाथ १० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक ।

### ६०६. एकवीर रूख, महावीर, एकलकटो, गय, गौली, गोदनी, Spinous Kino Tree, Blood Wood, *Bridelia montana* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी :** यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, मोटाइ आधा-एक फिटको, काण्ड, कण्टकदार, बोटको रङ मटमैलो, थुङ्गामा फुल्ने केशर रातो-सेतो हुन्छ, फल्छ र भित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । चोप रातो निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप, बोक्रा, फल, फूल र पात । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ, केही टर्राउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तदोष, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, रक्तस्राव, हैजा, अर्श, कुष्ठ, दुबी, दाद, दादुरा, जनैखटिरा, कामला, रक्तपित्त, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** काँढापानी/रस १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ/तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६०७. एक्कावीर बुटो काँडा नहुने, कण्टकरहित एकवीर, कण्टकरहित गौली, एकलकटो, Thornless Spinous Kino Tree, *Bridelia retusa* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी :** यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो एक्लो बोट १५-३० फिट अग्लो, बोटको रङ मटमैलो, पात अण्डाकृति ३-६ अङ्गुल लामो र १-३ अङ्गुल चौडा भएको, भदौ-असोजमा हरियो-पहेंलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्, रातो रगतसमान चोप निस्कन्छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-परपराउने केही टर्रो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, दर्दहर, यौनरोगहर, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, रक्तदोष, रक्तस्राव, घाउ-खटिरा, गाँठो-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, अर्श, कुष्ठ, दम, खोकी, दाद, दादुरा, चिलाउने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी/रस १ कचौरी, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६०८. एक्लेवीर बाक्लापाते, बिख्लेवीर, महावीर, एकवीर मोटोपाते, Black leaf Lobelia Plant, *Bridelia* sp. (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो ३००० मिटरका ठन्डा जलवायुदेखि समथर तराईका गर्मी ठाउँका घना वन/भीर-पाखामा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, डाँठमा दुवैतिर गएका लामा बाक्ला गाढा हरिया पात, कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ, फूल सेता, फेदमा जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण उत्तेजक हुन्छ र स्वाद परपराउने तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, यौनरोग सुधारक, पीडाहर, कृमिमारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, धातु-उपधातुमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त वात, अर्बुद, कुष्ठ, दाद, दुबी, शोथ, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, सुजाक, कृमि, दर्द, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अङ्गदर्द, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसीवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको ताजा पात पिसेर चर्मरोगमा, सुन्निएकोमा लगाउनाले फाइदा गर्छ । यसको पञ्चाङ्गलाई घ्यू/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गर्नुपर्छ । यसलाई पञ्चगव्य अथवा कुनै एक वनस्पतिको अर्कमा शुद्ध गरी खानुपर्छ । **मात्रा** : मूल/पात/डाँठ/फल चूर्ण १-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ कचौरी, तेल २० र अर्क १० तथा अर्क २० मि.लि., पञ्चाङ्गभस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक ।

### ६०९. एक्लो वृक्ष, एकवीर, महावीर, एकलकटो, कंटकोई, काभ्री, असणा, कर्क, Spinous Kino Tree, Kino Plant, *Bridelia montana* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, मध्यम आकारको वृक्ष, गाढा हरियो चेप्टो लामो फराकिलो पात १५-२५ धार भएको, फूल सेतो हल्का पहेँलो केही हरियो, फल गोलाकार भुत्तोमा फल्छन् र तेलीयबीजहरू पाक्छन् । यो रूख प्रायः एक्लो खाली ठाउँमा उम्रन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र फल । यसको स्वभाव उष्ण उत्तेजक हुन्छ र स्वाद तीतो-परपराउने, हल्का टर्रो हुन्छ । यसलाई घ्यू/तेलमा पकाएर डढाएर छानी मालिस गर्ने/पात दल्ने-लेपनलापन पार्ने, बाफ लिने, पञ्चगव्यमा शुद्ध गरेपछि खानुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातनाशक, हाडरक्षक, पीडाहर, शोथघ्न, मदकारक, निद्राजनक, दर्दहर, कृमिमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले सुन्निएको, ढाड-कम्मर दर्द, निद्रा नआउने, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आमवात, गृध्रसीवात, कुष्ठ, दुबी, दाद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६१०. एक्लाखोम्बा भालाकारपाते, हिमभेडामकै, Himalayan Cobra Lily, *Arisaema tortuosum* (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, नरम पात भालाकार, पुष्पदण्ड उचो फूल लम्बेतान टुपी हरियो वर्णमा अजिङ्गर मुखझैं फर्किएर फुल्छ, फल घोगामा तेलीय दाना पाक्छन्, गानो १-३ किलोको विषसमान हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : हरेक भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो-हल्का कोक्याउँछ । यो खरानी वा पञ्चगव्यमा हप्तादिन शुद्ध गर्नुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पारद शुद्धिकर, कृमिमारक, धातु-उपधातुशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी,

टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, फोक्सोशोथ, धातुश्राव, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, रक्तरोग, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थीका र पाठेघरको समस्या, पक्षाघात, उदरकृमि, पागल जनावरको टोकाइ, कब्ज, अर्श, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, गानोगोला, छालाका समस्या, सुजाक, मधुमेह, कमलपित्त, ज्वर, विषादि मिसावट इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ चामल, काँढापानी एक मुख, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा २-३ पटक।

### ६११. एक्लोखोम्बा, हिमभेडामकै, **Himalayan Cobra Lily,** ***Arisaema tortuosum*** (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, नरम पात लाम्चो चुच्चो, पुष्पदण्ड उचो फूल लम्बेतान टुपीभैँ विभिन्न रङको अजिङ्गर मुखभैँ फर्किएर फुल्छ, फल घोगामा रातो मकैभैँ तेलीय दाना पाक्छन्, गानो १-३ किलोको विषसमान हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : हर भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो-हल्का कोक्याउँछ। यो खरानी वा पञ्चगव्यमा हप्तादिन शुद्ध गर्नुपर्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पारद शुद्धिकर, कृमिमारक, धातु-उपधातुशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, कलेजोपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, फोक्सोशोथ, धातुश्राव, पत्थरी, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, रक्तविकार, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थीका र पाठेघरको समस्या, पक्षाघात, उदरकृमि, पागल जनावरको टोकाइ, कब्ज, अर्श, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, गानोगोला, कलेजोज्वर, छालाका समस्या, सुजाक, मधुमेह, कमलपित्त, ज्वर, विषादि मिसावट इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ चामल, काँढापानी एक मुख, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा २-३ पटक।

### ६१२. एक्लोधान, एक्ले, **Alone Rice**

**चिनारी** : यो धान मध्यपहाडी क्षेत्रका खेतहरूमा फल्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामा, सेतो फुल्छ। यो धान कम फल्छ, धेरै मीठो हुन्छ। यो बासना आउने राम्रो धान भनिन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, कनिका र टुँणो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, मृदुरेचक, पत्थरीहर, पेटको रोगमा दाभदायक, गानो-गुल्महर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, सुक्खा दम-खोकी, आन्द्रा सुक्खाराम, ग्यास्ट्रिक, कामला, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : कनिका २०-३० ग्राम, टुँणो ५-१० ग्राम, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, रोटी १-२ वटा, पुवा १ कचौरा, भात १ थाली ३-५ पटक।

### ६१३. एकमुखे नरिबल, एकाक्षी नारियल, **One Mouth Coconut, Monocular Coconut, One Eye Coconut Plant**

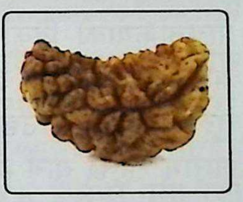
**चिनारी** :यो बलौटे-क्षारीय माटोमा गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो प्रायः दुई आँखा भएका हुन्छ तर एकमुखे दुर्लभमा गनिन्छ। यो एकमात्र आँखा भएकोलाई एकाक्षी नरिबल भनिन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात संयुक्त डालीमा, टुप्पोमा फुल्ने र फल्ने, फल एकमुखे, फलभित्र तेलीय गुदी र अझभित्र रस भरिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल,

चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, पोषक, नेत्ररक्षक, वातहर, पीडानाशक, केशवर्द्धक, पत्थरीहर, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, चर्मरोग, छाला कडा हुने, कुपोषण, जोर्नीवाथ, आमवात, विस्मृति, कपाल झर्ने, आँखाको शक्तिह्रास, सन्धिशोथ, रगतको कमी, रक्तपित्त, मृगी, अपस्मार, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । धन-लक्ष्मी प्राप्ति, दिव्यता, विजयी, सफलता ऐश्वर्य, आनन्दका लागि यो एकाक्षी नारियल अलौकिक शक्तिसम्पन्न तन्त्रमा प्रयोग गरिन्छ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., टुक्रा १-२ वटा, चूर्ण/लेदो ५-१५ ग्राम, भित्रको रस १ गिलास, वटी २-३ वटा, मालिस गर्ने, कपालमा राख्ने ३-५ पटक ।

### ६१४. एकफले विष, नीलोविष, Blue Poision Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार छिन्नभिन्न, नीलो फुल्ने, फल कोसामा, भित्र मसिना तेलीय बीज, जरा एउटामात्र थेप्चो गानो हुन्छ । नमीठो गन्ध आउने यो खाएमा मृत्यु हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उत्तेजक-उष्ण र स्वाद कोक्याउने तीतो-टर्रो हुन्छ । **शोधनः** यो पञ्चगव्यमा १ हप्ता शुद्ध गरी प्रयोगमा ल्याउनुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, प्राणघातक, विषकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक, निद्राजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घोर कफवृद्धि, सर्पदंश, अङ्कुसे-रिङ्कुसे जुका, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ठोक्किएको-मर्किएको, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादिमा तत्काल सन्चो गराउँछ । यसको लेप लगाएपछि जलन सहन सक्नेलाई ३-५ दिनमा ठीक पार्छ । तेल/घ्यूमा सर्वाङ्गलाई डढाएर मालिस तेल बनाउँदा वातव्याधि, सुन्निएको, आमवात, दर्द, चर्मरोगमा लाभ गर्छ । **मात्रा** : चूर्ण ३-५ चामलजति, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीजतेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ मुख १-२ पटक ।

### ६१५. एकमुखे लाम्चे रुद्राक्ष, One Mouth Rudra's Eye Tree



**चिनारी** : भाग्य वा पुरुषार्थका कारण निर्जीव एक जीवन्तमा आएपछि प्राणप्रतिष्ठा गरेपश्चात् साक्षात् परम परमात्मा मानिन्छ । यो एउटामात्र मुख रहेको विश्वप्रसिद्ध एकमुखी रुद्राक्ष दुर्लभसँग कोटियौंमा एक पाइन्छ । हरेक एकवृक्षमा तीन फल लाग्छन् र प्रकृतिले गायव गर्छिन् । शक्ति नष्ट भएपछि सामान्य मानिसले प्राप्त गर्छन् । रुद्रको आँखासमान शक्ति सम्पन्न असली एकमुखीरुद्राक्ष आध्यात्मिक साधकले साधनाको माध्यमबाट प्राप्त गर्छन् । प्राणसहितको जीव एकमुखे रुद्राक्ष संसारभरमा नै एक अप्राप्यवस्तुमा गणना गरिएको छ । रुद्राक्षधारी ब्रह्मयोगी कल्पाहारीले साधना गतिशीलहेतु मानवकल्याणका लागि पुण्य गर्दछन् । कुनै साधकलाई उपहारस्वरूप प्रकृतिले प्रदान गर्ने र गोप्य राख्ने प्रचलन देखिन्छ ।

### ६१६. एक्लेझार सानो, एकल तपस्वी, Yakle, Alone Plant

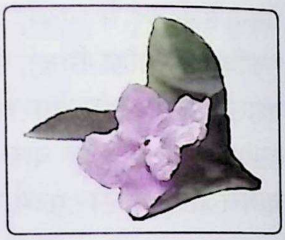
**चिनारी** : यो १०००-३२०० मिटरसम्मका चिस्यानमा पाइन्छ । यो एक्लै मिल्छ यसकारण एक्ले भनिएको हो । यो १ फिट अग्लो बुटी, पात गहिरो हरियो रङको लाम्चो, फूल सेतो, फलमा भित्र गेडा मंसिरतिर पाक्छ, जरा सेता हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो दुग्धवर्द्धक, मांसवृद्धिदायक, रजवीर्यजनक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मस्तिष्क पुष्टिकर-बुद्धिवर्द्धक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनाशक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले धातुरोग, दुब्लो, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, शुक्रको कमी, पेटको घाउ-अल्सर, मधुमेह, कलेजो/मुटु र मिर्गौला कमजोर, स्मरणशक्ति ह्रास, पित्तरोग, ज्वर, स्तनमा दूधको कमी, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ र हाडको रोग, पागलपन, कुपोषण

इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले प्राणशक्ति जागृत गर्छ। **मात्रा** : जरा धूलो १/१ चम्चा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ६१७. एक्लेझार रातो, एकल तपस्वी, Red Yakle, Alone Red Plant

**चिनारी** : यो १०००-३२०० मिटरसम्मका चिस्यानमा पाइन्छ। यो एक्लै मिल्छ यसैले एक्ले भनिएको छ। यो १ फिट अग्लो बुटी, पात गहिरो हरियो रङको लाम्चो, फूल रातो, फलमा भित्र गेडा मंसिरतिर पाक्छ, जरा राता हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो दुग्धवर्द्धक, मांसवृद्धिदायक, रजवीर्यजनक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मस्तिष्क पुष्टिकर-बुद्धिवर्द्धक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनाशक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दुब्लो, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, शुक्रको कमी, पेटको घाउ-अल्सर, मधुमेह, कलेजो/मुटु र मिर्गौला कमजोर, स्मरणशक्ति ह्रास, पित्तरोग, ज्वर, स्तनमा दूधको कमी, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ र हाडको रोग, पागलपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले प्राणशक्ति जागृत गर्छ। **मात्रा** : जरा धूलो १/१ चम्चा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### ६१८. एकपुष्पी अनेक रङ, हिजो-आज-भोलि फूल, Manaca Plant, *Brunfelsia uniflora* (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो नीलो वा बैजनी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र जरा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, अर्श, दम, खोकी, मासिकअधर्म, हेपाटाइटिस, पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा उच्चरक्तचाप, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। जराले आमवात, फिरिङ्गी-सुजाक, सुन्निएको, दुखेको, अनिद्रामा तुरुन्तै लाभ पुऱ्याउँछ। फूलको अत्तरले श्वास समस्यामा फाइदा दिन्छ। यसमा मनसाइन र मनासिन नामक क्षाराभ रहन्छ साथै होपेआनिन र स्कोपोलेटिन खरानी हुन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक

### ६१९. एकसरो खैरो चामल, धानको बोक्रा मात्रै हटाएको, खस्रो चामल, Medicinal Rice, Brown Rice

**चिनारी** : यो जुनसुकै धानलाई बोक्रामात्र फालेर खैरो चामल बनाइन्छ, सेतो हुँदैन जसलाई एकसरो अमृत चामल भनिन्छ। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, उदरशुद्धिकर, आन्द्राशोधक, बलकारक, पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार, अतिसार आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले मोटोपन र कोलेस्टोरलमा फाइदा दिन्छ। बोक्रामात्र निकालेको रातो/खैरो रङको चामल थोरै भए पनि पुग्छ, आडिलो हुन्छ, कब्ज रहन्न, पेट सफा पार्छ, विभिन्न प्रकारका भिटामिनहरू पाइन्छ, आन्द्राको विजातीयद्रव्य निकाल्छ, रक्तविकार र छालाका समस्या सुधार्छ, पुरानो सुकेको

मलदोष र अर्श ठीक पार्छ । **मात्रा** : भात श्रमिकले १ थाली र अन्यले ५०-१०० ग्राम, रोटी १-२ वटा लेदो/खोले १ माना, टुँणो ५-१० ग्राम, दही/दूधमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६२०. एक्लेझार सुनौलो, स्वर्णएकल तपस्वी, Golden Yakle, Alone Red Plant

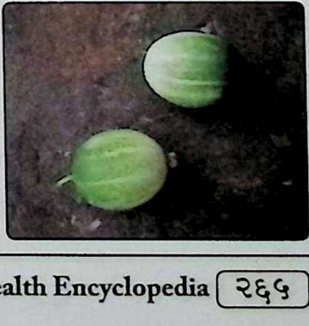
**चिनारी** : यो १०००-३२०० मिटरसम्मका चिस्यानमा पाइन्छ । यो एक्लै मिल्छ यसकारण एक्ले भनिएको छ। यो १ फिट अग्लो बुटी, पात गहिरो हरियो रङको लाम्चो, फूल सुनौलो, फलभित्र गेडा मंसिरतिर पाक्छ, जरा सुनौला हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो दुग्धवर्द्धक, मांसवृद्धिदायक, रजवीर्यजनक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मस्तिष्क पुष्टिकर-बुद्धिवर्द्धक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनाशक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुब्लो, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, शुक्रको कमी, पेटको घाउ-अल्सर, मधुमेह, कलेजो/मुटु र मिर्गौला कमजोर, स्मरणशक्ति ह्रास, पित्तरोग, ज्वर, स्तनमा दूधको कमी, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ र हाडको रोग, पागलपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले प्राणशक्ति जागृत गर्छ। **मात्रा** : जरा धूलो १/१ चम्चा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६२१. एभोकाँडो, घृतफल, रुचिरा, Avokado

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-६० फिट अग्लो रूख, फराकिलो पात लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो-सेतो, फल चेप्टो/गोलो/लाम्चो र कैयौं आकारका हुन्छन्। लाम्चो खाले केही ठूलो रूख, भित्रको सेतो घ्यूझैं गुदी र भित्र तेलीय बीज हुन्छ। यसको हरियो फल टिपेर केही दिन गुम्स्याएर खाने चलन छ। स्वभाव शीतल र काँचै खाँदा टर्रो हुन्छ भने पाकेपछि चिप्लो स्वादिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, वातहर, वेदनानाशक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, बुद्धिवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, निद्राजनक, तनावहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पाचनसंस्थानका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, स्मृतिह्रास, अनिद्रा, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, तनाव, धातुरोग, पित्तरोग, ज्वर, दुब्लाउँदै जाने, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। फलमा पानी ६१%, प्रोटिन ८.९%, बोसो ३.३%, कार्बोहाइड्रेड १४%, फलको नसा-रेसा ५.१%, खरानी २.६%, क्याल्सियम ३.२ %, फस्फोरस ४.२% मिल्छ । फलभित्रको गेडा महङ्गो तेल आइरन, भिटामिन 'सी' ले युक्त हुन्छ। घ्यूफल मुटुलाई तागत बढाउने, भोक लाग्ने रोग हराउने, पाचनशक्ति मजबुत पार्ने, हप्तादिन खाँदा यसले पुनर्जीवन दिन्छ। **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, बीजवटी २/३ वटा, धूलो १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., वटी २-५ वटा ३-५ पटक ।

### ६२२. ऐरेलु अण्डाकार वा गोलो, इन्द्रबारुणी, फरफिन्दु, Colocynthis, Vine of Sodom, *Citrullus colocynthis*

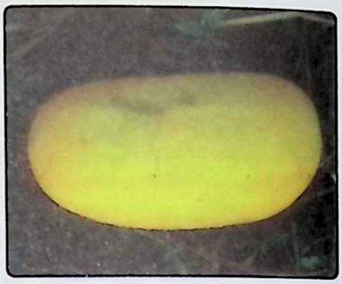
(Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-८ पि.यच.मान बलौटे सुक्खा माटोमा राम्रो उत्पादन हुन्छ। यो २५० देखि १५०० मि. मि. वार्षिक वर्षा र वार्षिक तापमान १४.८-२७.८ डिग्री सेल्सियसमा उत्तम खेती हुन्छ। यो लहरो धेरै फैलिन्छ, असार-साउनमा सुनौलो फुल्ने, फल गोलाकार वा अण्डाकारभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू, संयुक्त पात त्रिशूल आकारको

लाम्चो, सेता रङका धेरै जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, कृमि, कुष्ठ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, विषदोष, मूढगर्भको आपत्ति, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६२३. ऐरेलु लाम्चो, उल्टी हुने तीतो काँक्रो, वमनकारक ऐरेलु, Airelu Ulti Hune, Vomitting Cucumber



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लहरो फैलिन्छ, असार-साउनमा सुनौलो फुल्ने, पहेँलो लाम्चो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू, पञ्जाकार मुलायम पात, सेता रङका धेरै जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद बढी तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रेचक, मिर्गौला/कलेजो पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, मधुमेह, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गानोगोला, अधिकपित्त, कफवृद्धि, कृमि, कुष्ठ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, विषदोष, मूढगर्भको आपत्ति, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । पेटको अङ्कुसे जुकालाई मारेर बाहिर निकाल्छ । जाँड-रक्सी पियक्कड नराम्रो मद्यपानको आदत हटाउँछ । चुरोट सुर्ती-खैनीको बानी बिस्तारै घट्छ । धेरै वमन हुने चीज खाएर मतमतायो भने धूमपान र मद्यपान मानिसले खाँदै खाँदैन । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६२४. ऐंसेलु लता कालो, गोरु ऐंसेलु, Kiri Berry Plant, *Rubus rugosus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो, पात चेप्टो त्रिपत्रक दन्तुर, डाँठ खैरा, काँडायुक्त लहरो, ढाँड-भीरमा धेरै फैलिन्छ, फूल सेतो, फल रातो पाकेपछि वैशाख-असारमा कालो रसले भरिपूर्ण हुन्छ । स्वभाव फल शीतल र अन्य भाग उष्ण-शामक र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, डाँठ र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रगत वृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्राव नियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम-खोकी, मधुमेह, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला-पेट दुख्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने-विकार भरिने, मासिकअधर्म, चिसो-रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, फलस्वरस सुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक ।

### ६२५. ऐंसेलु लेकाली सानो, Kanda Kari (Am), Gata (Km), *Rubus foliolosus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, डाँठ काँडादार, फूल प्याजी, फल सुनौलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, डाँठ, पात र जरा । स्वभाव फल शीतल र अन्य भाग उष्ण र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रगतवृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला-पेट दुख्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने-विकार भरिने, मासिकअधर्म खोल्छ, चिसो, रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, फलस्वरससुई १०-२० र अर्क २०-३० तथा क्वाथ ५०-१०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६२६. ऐंसेलु रातो, Red Rosberry, *Rubus acuminatus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-१०० फिट लहरो फैलिन्छ । पात चेप्टो, डाँठ काँडादार, फूल सेतो, फल रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात र जरा । स्वभाव फल शीतल र अन्य भाग उष्ण, स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रगतवृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, मोटोपन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम, खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, पित्तविकार, गर्मीज्वर, महिनावारी अधिकता, रक्तस्राव, मिर्गौला र मुटुको सुक्खापन, कफग्रस्त समस्या, गर्भाशय खस्कने, शरीर सुन्निने, शारीरिकदर्द, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट दुख्ने, गर्भाशय सुन्निने-विकार भरिने, मासिकअधर्म, चिसो, रुघा-पिनास, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, फलस्वरससुई २० र अर्क ५० तथा क्वाथ ५०-१०० मि.लि.३-५ पटक ।

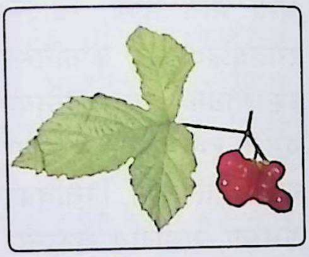
### ६२७. ऐंसेलु कालो सानो, Himalayan Small Black Rospberry Plant, *Rubus ellipticus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो दन्तुर, काण्डमा राता काँडा, फूल सेतो, फल रातो पाकेपछि कालो रसले भरिपूर्ण हुन्छ । स्वभाव फल शीतल र अन्यभाग टर्रो उष्ण र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रगत वृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्राव नियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत कमी, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, दम-खोकी, मधुमेह, कमलपित्त र अम्लपित्त, पित्तविकार, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने-विकार भरिने, मासिकअधर्म खोल्छ, चिसो, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरस सुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६२८. ऐंसेलु सानो सुनौलो, हिंसल, Hingsal Plant, *Rubus hypargyrus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो ५००-२००० मिटरका समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो बुटो, पात चेप्टो, डाँठ काँडादार, फूल गेरुरङ, फल सुनौलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात र जरा । स्वभाव फल शीतल र अन्यभाग उष्ण, स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल बल्य, शक्तिवर्द्धक, रसिलो, पोषिलो, मलमूत्र निस्सारक, रगतवृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, ऋतुस्रावनियामक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मूत्रल, पित्तनाशक, कण्ठशोधक, सङ्कोचक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, मोटोपन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम, खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, पित्तविकार, गर्मीज्वर, महिनावारी अधिकता, रक्तस्राव, मिर्गौला र मुटुको सुक्खापन, कफग्रस्त समस्या, गर्भाशय खस्कने, शरीर सुन्निने, शारीरिक दर्द, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानो-गोला, पेट दुख्ने, मासिकअधर्म, फोक्सोको शोथ, कफ-खोकी, टन्सिल, गला-घाँटीको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई २० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६२९. ऐंसेलु तीनपत्ते, इसी, रक्तरसालु, Stone Bramble, *Rubus saxatilis* (Family : Rosaceae)

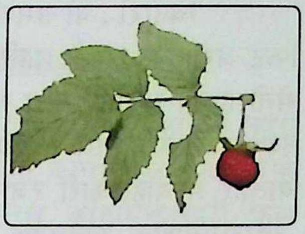


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ हरियो, पात तीनपाते चेप्टो, फूल सेतो, फल रातो रसिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव फल शीतल र स्वाद फल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६३०. ऐंसेलु पन्जाकारपत्ते, गौरीफल, इसी, रक्तरसालु, Rusty Hair Raspberry, *Rubus refleus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, डाँठ हरियो, काला रेखारू भएको पात पन्जाकार-पाँचभागमा विभाजित ठूलो, फूल सेतो र केशर पहेँलो, फल रातो-कालो रसिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव फल शीतल र स्वाद फल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट पोल्ने/दुख्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

**६३१. ऐंसेलु पाँचपत्ते, पञ्चपत्रकगौरीफल, इसी, रक्तरसालु, Throny Red Raspberry, Rose Leaf Bramble, *Rubus reflexus*** (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१५ फिट अग्लो वा लहरिन्छ, काँडादार, डाँठ हरियो, संयुक्त पञ्चपत्रक पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो, फल रातो रसिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव फल शीतल र स्वाद फल मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्राव नियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगत कमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला-पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**६३२. ऐंसेलु पाँचपत्ते, भालाकारपत्रक गौरीफल, रक्तरसालु, Throny Raspberry, Rose Leaf Bramble, *Rubus rosifolius*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१५ फिट अग्लो वा लहरिन्छ, काँडादार, डाँठ हरियो, त्रिपत्रक, पात आयाताकार-भालाकार-चुच्चो, फूल सेतो, फल रातो रसिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव फल शीतल रस्वाद फल मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**६३३. ऐंसेलु अकला, इसी, दन्तुरपत्रकगौरीफल, रक्तरसालु, Black Raspberry, *Rubus hawaiensis*** (Family : Rosaceae)

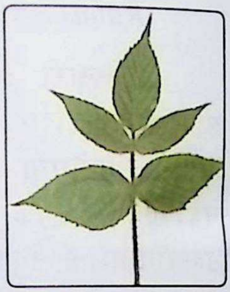
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ५-१५ फिट अग्लो लहरिन्छ, काँडादार, डाँठ हरियो, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल प्याजी-गुलाबी, फल रातो-कालो रसिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव फल शीतल र स्वाद फल मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्राव नियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले रगत कमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

### ६३४. ऐंसेलु सदावहार, त्रिशूलपत्रक गौरीफल, इसी, रसालु, Ever Blackberry Plant, Bramble Shrub, *Rubus laciniatus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ५-२० फिट अग्लो वा लहरो लहरिने, काँडादार, डाँठ हरियो, संयुक्त पात त्रिशूलाकार, फूल सेतो-हल्का गुलाबी, फल रातो-कालो रसिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव फल शीतल र स्वाद फल मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, सुक्खा दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा, गानोगोला, पेट पोल्ने-दुख्ने, पाचनप्रणालीको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, धूलो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

### ६३५. ऐंसेलु सेतो वर्ण, फल थोप्ले कालो रङको, इसी, White Leaf Rubus, *Rubus* sp. (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, डाँठ सेतो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो, फल थोप्ले काले हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, डाँठ, पात र जरा। स्वभाव फल शीतल र अन्यभाग उष्ण र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रगतवृद्धिदायक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, उदररोगनाशक, सङ्कोचक, मेदहर, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतकमी, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम-खोकी, मधुमेह, अग्निमन्द, स्मरणशक्तिह्रास, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला, पेट दुख्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, मासिकअधर्म, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ६३६. ऐंसेलु रातो लहरे, इसी, Red Creeper Aiselu, *Rubus* sp. (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पहाडी क्षेत्रको भिर-ढुङ्ग्यानमा कार्तिक-मंसिरतिर रातो फल्छ, काँडाहरू, पात चेप्टो, फूल सेतो, फल रसदारमा कैंयौ मसिना बीज तेलीय हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल, फूल र जरा। स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, ढाड दर्द, चोटपटक, जोर्नीवाथ, उदरजलन, रक्तस्राव, गानोगोला, अधिकपित्त

इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको लहरोले गर्भाशय खस्ने-सुन्निनेमा लाभ दिन्छ। **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५ ग्राम ३-५ पटक।

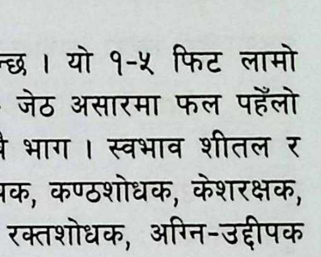
### ६३७. ऐंसेलु सेतोपाते लहरे कालोफल्ने, इसी, रसभरि, **Rubus Fruticosus Blackberry Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ। यो लेकाली सेपिलो ठाउँमा पसारिने लहरा हो। पराश्रयी लता वैशाख-जेठमा फुल्ने र भाद्र-असोजमा पाक्छ। रगत बढाउनेमा कालोऐँसेलु महौषधिमा मानिन्छ। यो ३-१५ फिट लामा लहरो, काण्ड र पात सेतो, पात चेप्टो त्रिपत्रक दन्तुर, काँडायुक्तलहरो, फूल प्याजी, फल कालो मसिना बीजहरू भएको, पाकेपछि वैशाख-असारमा कालो रसले भरिपूर्ण हुन्छ। स्वभाव फल शीतल र अन्यभाग उष्ण-शामक र स्वाद फल मीठो र अन्यभाग टर्रो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, डाँठ र जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रगत वृद्धिदायक, कफनिस्सारक, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुद्धहर, रक्तशोधक, ऋतुस्राव नियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, मुटुरोग, मोटापन, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, प्रदर, प्रमेह, दम, खोकी, मधुमेह, अल्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तक्यान्सर, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, हैजा र अर्श, गानोगोला-पेट दुख्ने, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने-विकार भरिने, मासिकअधर्म, चिसो-रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ। जरा भाँच्चिएको/कुच्चिएको, महिनावारी विग्रेको र पाठेघरसम्बन्धी रोगमा अचुक भनिन्छ। **मात्रा** : फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्यभागको धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फलस्वरससुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ६३८. ऐंसेलु भुईंको, गणेशरस, स्ट्रबेरीबडी, गणेकाफल, भुइँकाफल ठूलो, **Sazin (Am), Himalayan Strawberry, *Fragaria nubicola*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १६००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-५ फिट लामो लहरो, रौंदार, पाँचपत्रक पात दन्तुर, फूल सेतो, फल गोलोमा र लाम्चो पाक्ने- जेठ असारमा फल पहेंलो रसदार, मसिना तेलीय बीज, जरा पहेंलो हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, पाचक, कण्ठशोधक, केशरक्षक, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन, अर्बुद मधुमेह, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, जोर्नीवाथ, गर्भाशयरोग, गानोगोला, विषमज्वर, कामला, ज्वर, पाण्डु, पित्तरोग, रक्तपित्त, रक्तविकार, चक्कर आउने, प्रदर र प्रमेह, अग्निमन्द, सङ्ग्रहणी, अम्लपित्त, उच्चरक्तचाप, मस्तकशूल, पेटरोग, छालाका समस्या, विषादिअसर, ज्वरमा, शिरमा पानी जम्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, पत्रस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ६३९. ऐंसेलु काली, इसी, रसवर्द्धक, **Falseb, Black Currant, *Ribes nigrum*** (Family : Grossulariaceae)



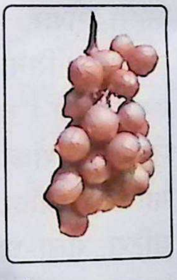
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा उष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो वा लहरिने झाडी, फराकिलो पञ्जाकार पात, सेतो गुलाबी फुल्ने, रसदार फल कालाभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का अमिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक,

गलग्रन्थिरोगहर, स्मरणशक्तिदायक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अतिरक्तस्राव, ज्वर, मधुमेह, रक्तदोष, रक्तपित्त, गर्मीपित्तरोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, अर्श, रजःवीर्यरोग, हैजा, अम्लपित्त, कलेजोज्वर, पित्तजदोष, पत्थरी, मूत्रकष्ट-थोपाथोपा मुत्ने, समस्त रगत विकार, पेट पोल्ने-दुख्ने, मासिअकधर्म, विस्मृति इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, जरा-पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-५ वटा, बीज १-५ ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६४०. ऐंसेलु आधा, तछेरमो (धादिङ तमाङ), इसी, Tachhermo, Half Berry Plant

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, केही काँडा भएको, जेठ-असारमा रातो पाक्नेभित्र ५-७ तेलीय बीज कडा, पात चेप्टो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १-१५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ५-१० र फल अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६४१. ऐरी लहरा, पानीबेल, कट्टिबेल, Wild Red Grape, *Ampelocissus rugosa* (Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो र पात चेप्टो फराकिलो चुच्चो, फूल रातो, फल रातोपनाको पाकेपछि कालो र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल १ वटा, चूर्ण ३-१५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६४२. ऐरी, बैरी, Slipper Plant, Redbird Flower, *Euphorbia tithymaloides* (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बिरुवा दूधे, हरियो डाँठ, यो ५-१० फिट अग्लो, चरी चुच्चोसमान चुच्चो परेको रगतझैं रातो फुल्ने, पात चेप्टो टुप्पो चुच्चो, रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तितो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, कृमिमारक, अर्बुदहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, आमाशयव्रण,

चर्मकर्कट, दाद, कुष्ठ, पेटका कृमि, मधुमेह, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, कान-दाँत दर्द, पत्थरी, ज्वर, उदरशूल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६४३. ऐरेलु काँक्रीरस दूधे, धेनुदुग्धाककडी, गोरक्षककडी, दुग्धऐरालु, Milky Cucumber Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो, सेतो वर्णको लता, फूल सुनौलो, लाम्चो अण्डाकार काँक्रीभित्र तेलीयबीजहरू र गुदी दुधियारस हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो, हल्का मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, वामक, कृमिमारक, अग्नि-उद्दीपक, भेदक, पत्थरीहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, धातु-उपधातुमारक-शोधक, शोथघ्न, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, कब्ज, अर्श, पेटका कृमि, कफग्रस्त खोकी-दम, अर्श, पत्थरी, रक्तपित्त, अरुचि, अजीर्ण, धातु-उपधातु भस्मका लागि, उदरशूल, केश-कपाल झर्ने-खुइलिने, कुष्ठ, दाद, दुबी, जनैखटिरा, आन्द्राको घाउ-खटिरा र गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल २० र स्वरससुई २-१० मि.लि., चूर्ण/लेदो ५-१० ग्राम, चिरा १ वटा ३-५ पटक ।

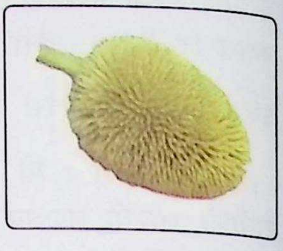
### ६४४. ऐरेलुकाँक्री जरामा कन्द हुने, कचिरी, बादावर्द, Kachiri Kanda Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो नदी/ताल/सिमसार क्षेत्रका चिस्यानमा मिल्छ । यो लहरो, पात गोलाका मुलायम नरम झुस भएको, पहेँलो फुल्ने, फल लाम्चो/डल्लो फल्छ भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू, जरामा स-साना गोलाकार कन्दहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द र फल । स्वाद कोक्याउँछ र तीतो, स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वामक, मूत्रल, पत्थरीहर, यकृत-हृदय हितकारी, ज्वरघ्न, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, शान्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, विषप्रभाव, मूत्ररोग, पत्थरी, पेटका कृमि, ज्वर, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राको घाउ-खटिरा र गाँठो-मुखपाक, कुष्ठ, अर्श, जलोदर, दाद, मुख-जिब्रोका घाउ, मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, चिरा १-२ वटा, फलस्वरससुई २-५ र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६४५. ऐंसेलुबोट रातो फल्ने, ऐंसेलुरातो, Red Raspberry, *Rubus molucanus* (Family : Rosaceae)

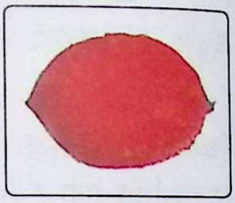
**चिनारी** : यो ५००-२५०० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात अण्डाकार-चेप्टो, हाँगा-डाँठमा काँडाहरू, सेतो फुल्ने, रातो रसदार गोलाकार फल्छ, महिन तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बोक्रा-जरा-पात-फूल । यसको फल शीतल हुन्छ र स्वाद अति मीठो लाग्छ भने अन्यभाग टर्रो स्वादको र स्वभाव गर्मी हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फल पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, बलकारक, पुष्टिकर, मिर्गौला-मुटु हितकारी, ऋतुस्राव नियामक, यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, मेदहर, व्रणसुधारक, पीडानाशक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, मासिकअधर्म, प्रदर, मिर्गौला-हृदयको सुख्खापन, रक्तस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्श, घाउ-खटिरा, रक्तरोग, ज्वर, गानो, उदरशूल, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकफल स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., फल १०-२० ग्राम, जरा/डाँठ/फूल अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि, काँढापानी/रस १ गिलास, बीजवटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**६४६. ऐनी, आनी, आँहिली, कथल, Wild Jack, Anjili, Chakka Tree, *Artocarpus hirsutus* (Family : Moraceae)**



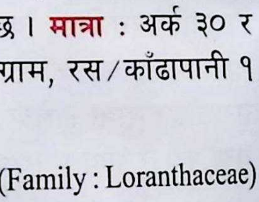
**चिनारी** : यो १८०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने विशालवृक्ष ८०-१५० फिट अग्लो, १०-१५ फिट फैलिने, पात चेप्टो ठूलो, बाक्लो, बोक्रामा काँडा सुनौलो वर्णको, अण्डाकार/गोलाकार/चेप्टो फलभित्र सुनौलो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । जेठ-असारमा फल पाक्छ । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, बलकारक, मूत्रल, जीवनीयतत्त्वरक्षक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, कफग्रस्त खोकी-दम, अम्लपित्त, रक्ताल्पता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, हृदयरोग, रजःवीर्यरोग, पेट पोल्ने, उदरशूल, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ३-५ गुदी ३-५ पटक ।

**६४७. ऐरेलुकाँक्री, ककुर, खेक्सी, ककरोल, Spiny Bitter Cucumber, Bitter Gac Fruits, *Momordica cochinchinensis* (Family : Cucurbitaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाल लहरो ५०-१०० फिट लामो हाँगाहरू फैलिन्छन्, फूल घिउ रङको सेतो फुल्ने बीचमा कालो/रातो/पहेँलो दाग भएको, राता अण्डाकार फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू, पात तीनखण्डमा ठूलो रेखा भएको हुन्छ । यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, वामक, विषघ्न, मूत्रल, रक्तशोधक, अर्बुदहर, नेत्ररक्षक, पुष्टिकर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद, विषप्रभाव, मूत्ररोग, रक्तदोष, कुपोषण, रगतको कमी, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, उदरशूल, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० र बीजतेल २० मि.लि., बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, फल टुक्रा १-२ वटा, गुदी/लेदो ५-२० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**६४८. ऐजेरु रातो, रक्तबान्दा, परझी, Sickle Red Mistletoe Plant, *Dendrophthoe falcata* (Family : Loranthaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पुराना बुट्यान/मध्यम रूखका हाँगामा उम्रन्छ । यो लाम्चो केही चेप्टो पात, रातो फूल, पाकेपछि तेलीयगेडा रातो, पराश्रयी लहरिन्छ । यो वर्षाद पछि देखापर्छ र हिउँदभर रहन्छ । **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो मूत्रल, शीतल, व्रणरोपक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तकारक, विषनाशक, ज्वरहर, वातरक्तमा उपयोगी, मादक मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **औषधीय उपयोग** : यसले मुख पाक्ने, गर्मी पखाला, पिसाबको रोग, प्रदर, प्रमेह, सर्वज्वर, पागलपन, घाउ, छालारोग, अधिक मासिकस्राव, विषदोष इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-१० ग्राम, डाँठ-पातको लेदो ५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**६४९. ऐजेरु सुनौलो, स्वर्ण बन्दाक, परझी, बान्दा, सुवर्ण परजीवी लता, Aijeru Golden Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पुराना वृक्ष र साना बुटाहरूमा टुप्पातिर उम्रन्छ । यसको चेप्टो पात, मसिनु डाँठ, स-साना धेरै जरा, फूल सुनौलो, गेडा हरियो पाकेपछि सुनौलो हुन्छ । यो असोजदेखि उम्रेर चैतसम्म वनभरि रहन्छ । यसको स्वाद केही टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, दर्दहर, अर्बुदहर, पेटको रोगमा लाभदायक, बलकारक, पोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, दम, खोकी, कटिवात, पक्षाघात, नसारोग, रक्तदोष, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६५०. ऐंसेलु काँडा नभएको, अंजु, Tayberry, Hildaberry Plant, *Rubus fruticosus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो काँडा भएको झ्याङ, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, रसिलो फल्छ । यो सदाबहार हराभरा रहने बिरुवा हो । यसको स्वाद मीठो-हल्का अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, मासिकधर्मनियामक, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, नेत्ररोगनाशक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, रगतको कमी, मासिकअधर्म, रक्तरोग, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, प्रदर, धातुरोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तस्राव, हैजा, नेत्ररोग, तनाव, मानसिकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम, फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., फल २०-५० ग्राम, खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

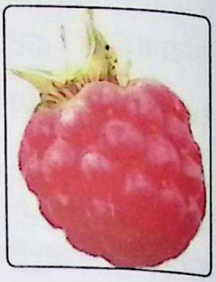
### ६५१. ऐंसेलु लहरो सानो थोरै फुल्ने, अंचु, कलहेर, गौरीफल, Few Flowered Raspberry, *Rubus wallichii* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यो काँडा भएको झाडी, पात गुलाबसमान एकदम मुलायम, थोरै फूल, धेरै सानो सेतो वर्णको चैतमा फुल्छन्, फल पाकेपछि रातो वर्णको मसिनाबीज-रसले परिपूर्ण हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, शीतकारक, हृदयहितकारी, मिर्गौलारक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, पेट पोल्ने, रक्तको कमी, रक्तदोष, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, मिर्गौला सुक्खाराम, मूत्ररोग, मुख-जिब्रोका बिबिरा, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी/रस/झोल १ माना, फल १०-२० वटा, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६५२. ऐंसेलु लहरो फूल थोरै भएको झाडी, अञ्चु, आँचुसुनौलो, पाण्डा, गौरीफल, Raspberry, Golden Himalayan Rasberry Plant, *Rubus wallichii* (Family : Rosaceae)

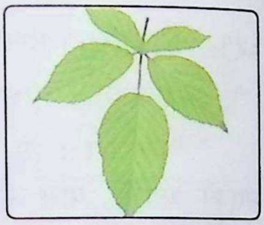
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ठन्डा क्षेत्रमा पाइन्छ । यो काँडाहरू भएको झाडी, पात चेप्टो भालाकार मुलायम, फूल पहेँलो, फल मांसल अति रसिलो सुनौलो वर्णको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र फल । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ, स्वाद मीठो फल र अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदय/बृक्क हितकारी, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न, रेचक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, घाउ-खटिरा, मुख-पाक, जिब्रोका बिबिरा, अर्श, कब्ज, पेट दुख्ने-पोल्ने, स्मृतिदायक, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, मुख सुक्ने, कुपोषण, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, रस/झोल/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ६५३. ऐंसेलु सेतोलहरो, अन्चुसफेद, आँचुसेतो, श्वेतकलहेर, White Raspberry Fruits, *Rubus idaeus* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ठूलो लहरो, गुलाब पातसमान चेप्टो चुच्चो पछाडि सेतो रङको, पात धेरै मुलायम, सेतो फुल्ने, रसिलो रसदार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : डाँठ, फूल, फल र पात । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग तितो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, मृदुरेचक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, अर्श, ज्वर, अरुचि, अपच, छटपटी-डाहा, रक्तस्राव, हैजा, कब्ज, पत्थरी, उदरशूल, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मुखपाक, घाँटी-गलाको समस्या, दाँतरोग, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास ३-५ पटक ।

### ६५४. ऐंसेलु ठूलो रातो बुटो, कटसोल, रातो ऐसेलु, Rubus Red Small Tree, *Rubus* sp. (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डा लेकमा पाइन्छ । यो ८-२० फिट अग्लो, चेप्टो तीनपाते संयुक्तपात, डाँठमा काँडाहरू, सेतो फुल्ने, रातो फल्ने मसिना तेलीयबीजहरू, बहुवर्षायु हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, जरा, बोक्रा र फूल । फलको स्वभाव त्रिदोषशामक र स्वाद मीठो हुन्छ। अन्य भागको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : फल रसायन, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, प्राणशक्तिदायक, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ । यसको अन्यभाग पित्तनाशक, पत्थरीहर, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, स्त्रीरोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : फलले रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, जीवनीयत्त्वह्रास, हृदयशिथिलता, मानसिक तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको अन्य भागले पित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पत्थरी, दम-खोकी ठीक पार्छ । **मात्रा** : पाकेको फल ३०-५० ग्राम, अन्य भाग रस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### ६५५. ऐंसेलु बुटो चेप्टो गोलोपाते, गोलोपाते ऐसेलु, औसेलु बुटो, Rubus Small Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डा क्षेत्रमा १०००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो सानो बोट, हाँगाबिँगा टेडो, पात गोलाकार-चेप्टो, केही सेतो रङको, फूल सेतो, फल गोलो पाकेपछि पहेँलो-सुनौलो मसिना बीज हुन्छन् । यो बहुवर्षायु, काँडायुक्त बिरुवा हो । पाकेपछि फल र अन्य समयमा मूल, फूल र बोक्राको प्रयोग गरिन्छ । स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ र स्वाद फलको मीठो अन्य भागको टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, त्रिदोषशामक, मासिकधर्मनियामक, गर्भाशय सङ्कोचक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरघ्न, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, दम, खोकी, गर्भाशय, श्वासनलीशोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, गानो, उदरशूल, अर्श, पिनास, मोटोपन, क्षयरोग, हिक्का, गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गर्भाशयशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फल १०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

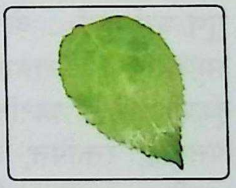
**६५६. ऐंसेलु रातो डाँठको, रक्तगौरीफल, कालो फल्ने, अलिस, Black Berry Plant, *Rubus fruticosus*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, संयुक्तपात पञ्चपत्रक, कलेजी डाँठ काँडाले भरिएको, सेतो फुल्ने, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुन्छन् । यसको पाकेको फल स्वादिलो मीठो र स्वभाव हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिकारक, रक्तवृद्धिकर, पाठेघर सङ्कोचक, ऋतुस्राव नियामक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, उदररोगमा उपयोगी, फुफ्फुसपुष्टिकर, फल हृदयहितकारी, रक्तस्रावनियन्त्रक, ज्वरहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, मूल, जरा र बोक्रा । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, पाठेघर खस्ने-सुन्निएको, स्तन खुकुलो, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, खोकी-रुघा, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १०-३० ग्राम, अन्य चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम ३-५ पटक ।

**६५७. ऐंसेलु कालो काँडा नभएको, काँडाविनाको कालो ऐंसेलु, औसेलु कपासी, Cacanska Bestrna, Black Berry Cacak Thornless Plant**

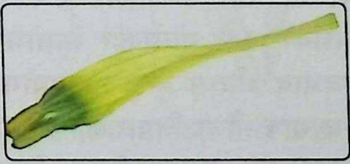
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ । यसको खेती गर्न थालिएको छ । यो सदा हराभरा, बुहवर्षीय, लहरो फैलिन्छ, काँडा हुँदैन, पात चेप्टो चुच्चो, सेतो फूल, फल पाकेपछि कालो रसदार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल रसदार, स्वादिष्ठ, रक्तस्रावनियन्त्रक, ऋतुस्राव नियामक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, लौहयुक्त रसायन, स्मरणशक्तिदायक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, तृप्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, हैजा, रगतको कमी, हृदय सुक्खाराम, अर्श, गर्मी-पित्त जलन, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, सुकेनाश, रजःवीर्य दोष, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, चटनी ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**६५८. ऐंसेलु कालो, काँडाविनाको कालो ऐंसेलु, औसेलु कपासी, Black Berry Thornless, *Rubus paniculata*** (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ । अहिले यसको खेती गर्न थालिएको छ । यो सदा हराभरा, बहुवर्षीय, लहरो फैलिन्छ, काँडा हुँदैन, पात चेप्टो तर चुच्चो, सेतो फूल, रातो फल पाकेपछि कालो रसदार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल रसदार, स्वादिष्ठ, रक्तस्रावनियन्त्रक, ऋतुस्राव नियामक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, लौहयुक्त रसायन, शीतल, स्मरणशक्तिदायक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, तृप्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, हैजा, रगतको कमी, हृदय सुक्खाराम, अर्श, गर्मी-पित्त जलन, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, सुकेनाश, रजःवीर्य दोष, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, चटनी ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**६५९. ऐंजेरू पँहेलो, बान्दा, परझी, Sickle Yellow Mistletoe Plant, *Dendrophthoe falcata*** (Family : Loranthaceae)



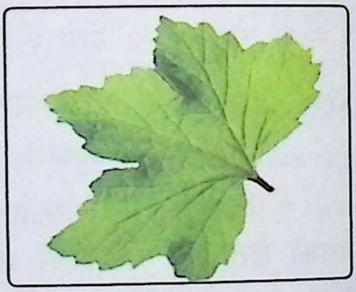
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पुराना बोटमा उम्रन्छ र पराश्रयी भएर लहरिन्छ । यो लाम्चो-चेप्टो पात, पहेँलो फूल, पाकेपछि गेडा पहेँलो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यो वर्षादपछि देखापर्छ र हिउँदभर रहन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, शीतल, व्रणरोपक, पित्तनाशक,

पत्थरीहर, रक्तकारक, विषनाशक, ज्वरहर, वातरक्तमा उपयोगी, मदकारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भाग काममा आउँछ। यसले मुख पाक्ने, गर्मी पखाला, पिसाबरोग, प्रदर, प्रमेह, सर्वज्वर, पागलपन, घाउ, छालारोग, रक्तस्राव, अपस्मार, मृगी, मासिकश्राव, विषदोष, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल ५-१० वटा, डाँठ-पातको लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ६६०. ऐंसेलु सानो, मृगाक्षी, लघुचिर्मिटा, छोटीऐनारु, कोतुसी, Bitter Burr Cucumber Plant, *Cucumis anguria* (Family : Cucurbitaceae)

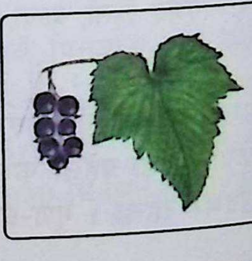
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका गर्मी ठाउँमा पाइन्छ। यो वर्षायु लता, काण्डमा भुस, पात गोलाकार ३-७ खण्डमा विभक्त दुवैतिर भुस किनारा दन्तुर, भाले र पोथी फूल साथमा पुष्प पहेँलो, गोलाकार वा लाम्चो धर्का-रेखा हरियो अथवा पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वामक, विषघ्न, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तदोष निवारक, चर्मरोगहर, ज्वरहर, मदकारक, रक्तशोधक, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, कुष्ठ, दुबी, दाद, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मद्यपानको आदत इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/ चूर्ण ५-१० ग्राम, रस/क्वाथ ३०-१०० र काँढापानी १ गिलास मि.लि. ३-५ पटक।

### ६६१. ऐंसेलुपत्ते, रक्तिम फल, Red Currant Fruit, *Ribes rubrum* (Family : Grossulariaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो प्रायः ५-७ फिट अग्लो झाडी पहेँलो-हरियो फुल्ने, पात पञ्चकोणको ठूलो-फराकिलो पात-पञ्जाकार-चेप्टो, झुप्पामा राताम्य फल रगतसमान गोलो हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, उन्माद-पागलपनहर, स्मृतिदायक, रक्तस्राव-हैजा नियन्त्रक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, ज्वरनिवारक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, मासिकअधर्म, प्रदर, मानसिक तनाव, अनिद्रा, पागलपन, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, ज्वर, रक्तरोग, रक्तस्राव, हैजा, हृदयरोग, अर्श, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, अरिष्ट/आसव १०-३० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

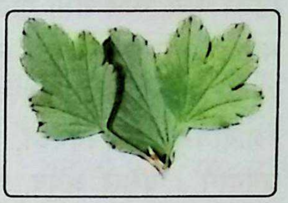
### ६६२. ऐंसेलुपत्ती कालो, निग्राका कृष्णफल, Black Currant, *Ribes nigrum* (Family : Grossulariaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो प्रायः ५-७ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार-पाँचकोणमा गोलाकार-चेप्टो-ठूलो, फूल रातो-सेतो-पहेँलो वर्णको, फल गोलाकार झुत्तोमा फल्छ, मसिनाबीज हुन्छन्। स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, शान्तिदायक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, रक्तदोषहर, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, तनावहर, नेत्ररक्षक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर

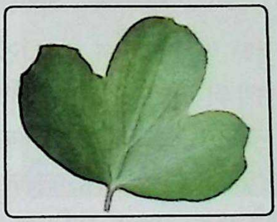
मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पेट पोल्ने-जलन, मानसिक तनाव, प्रदर, मुटुरोग, रक्तदोष, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, नेत्ररोग, आमवात, रक्तरोग, मानसिकरोग, रक्तस्राव, अर्बुद, रगतको कमी, कुपोषण, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १०-२० दाना, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, अरिष्ट/आसव १०-३० र फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### ६६३. ऐंसेलुपत्ते सेतो फल, **White Currant Berry, White Graph Plant,** ***Ribes sativum*** (Family : Grossulariaceae)



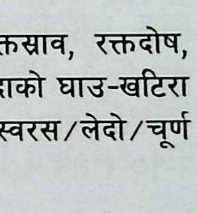
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो प्रायः युरोपमा मिल्छ र आजकाल अन्यत्र खेती गर्न थालिएको छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात पाँचकुने फराकिलो-गोलो-चेप्टो पञ्जाकार, सेतो फुल्ने, गोलाकार-रसदार फल झुप्पोमा फल्छ। यसको स्वाद मीठो-अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, ऋतुधमनियामक, तृप्तिकारक, रक्तस्राव, हैजा नियन्त्रक, अर्शोघ्न मनिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, हृदयरोग, घाउ-खटिरा, अर्बुद, रक्तरोग, मासिकअधर्म, मुख जिब्रो, उच्चरक्तचाप, हैजा, रक्तस्राव, गाँठा-गिर्खा, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १०-५० वटा, लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### ६६४. ऐंसेलु त्रिशूलपत्ते सुनौलो, **Golden Buffalo Currant Plant,** ***Ribes aureum*** (Family : Grossulariaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ८-१० फिट अग्लो-लामो, त्रिशूलाकार पात लामो छिन्नभिन्न भएको ३ वा ५ भागमा बाँडिएको, फूल सुनौलो, फल गोलाकार पाकेपछि पहेँलो, रातो हुन्छ, कार्तिक र चैतमा पात फेरिन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रसायन, योगवाही, मूत्रल, शीतकारक, हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, रगतको कमी, रक्तरोग, रक्तस्राव, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, उच्चरक्तचाप, हृदयाघात, गर्मीपित्तज्वर, हैजा, मुख सुक्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा र सुक्खापन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र फलस्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, फल १०-३० वटा ३-५ पटक।

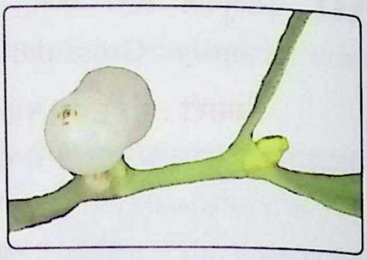
### ६६५. ऐंजेरू, बाँदा, बंदा वृक्षादनी, **All Healer Honey Suckled Mistletoe Plant,** ***Dendrophthoe falcata*** (Family : Loranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हरियो रहन्छ। यो पुरानो रूख/बिरुवामा उम्रन्छ र अरूको आश्रयमा बाँच्दछ। यो पराश्रयी लता ३-५ फिट लामो, पात विपरीत चेप्टो, आयाताकार, काण्डको बोक्रा खरानी रङको, फूल सुनौलो/रातो, फल अण्डाकार-मुलायम-मांसल हुन्छ। यो कार्तिकदेखि माघसम्म सुन्तला रङमा फुल्छ र वैशाखसम्म पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, स्तम्भक, मूत्रल, रसायन, मासिकधर्मनियामक, मदकारक, दर्दहर, विषघ्न, पत्थरीहर, वृष्य, ग्राही, शीतल, पित्तनाशक, कफघ्न, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, निद्राजनक, बलकारक, अस्थिपोषक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मुखपाक, मासिकअधर्म, आमवात,

गर्भपात, पागलपन, पत्थरी, पिसाबरोग, मधुमेह, अर्श, सन्धिवात, कफवृद्धि, पित्तरोग, आन्द्राको घाउ, शुक्रमेह, प्रदर, अतिसार, अर्बुद, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ६६६. ऐंजेरू सुनौलो, स्वर्णबन्दाक, Best Healer Kalipatal Mistletoe Plant, *Viscum album* (Family : Santalaceae)



**चिनारी** : यो ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो घना वनका पुराना रुखहरूमा हुन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, लामो दाबिले छिप्पेका पहेँलो पात, पहेँलो रङका फूल, फल सेता गोला, जरा हरिया हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, गर्भाशय संकोचक, स्वेदक, मूत्रल, हृदयहितकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, अर्बुदहर, रक्तविकारशोधक, वेदनाशामक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, अस्थिपोषक, रक्तवर्धक, शोथघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, हाडको रोग, मुटुरोग, सन्धिशोथ, अल्सर-क्यान्सर, सङ्ग्रहणी, रक्तविकार, गर्भाशय खस्ने, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, धनुर्वात इत्यादि उपचार गराउँछ। **मात्रा** : लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, टुक्रा १-२ वटा, काँढापानी १ माना, क्याप्सुल/वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

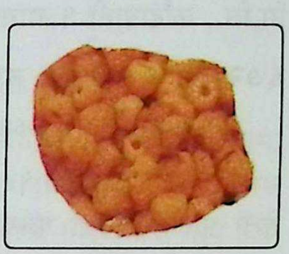
### ६६७. ऐना पहेँलो फुल्ने, वनायु, ऐनावृक्ष, Leathery Murdah Tree, *Terminalia coriacea* (Family : Combretaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका पहाडी क्षेत्रमा पाइन्छ। यो हरीतकी कुलको वृक्ष हो। यसको पात २५ से.मि. लामो र ११ से.मि. चौडा, पहेँलो फुल्ने, फल पहेँलो वर्णको भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही चिप्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयोत्तेजक, उदरशुद्धिकर, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, हृदयहितकारी, वातहर, व्रणरोपक, शोथघ्न, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पेट दुख्ने-पोल्ने, अर्श, कब्ज, कामला, ज्वर, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हृदयरोग, मूत्रकृच्छ्र, सुतेको मुटु-हृदयगति ढिलो चल्नेमा, गानो, मुख-जिब्रोका बिबिरा, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रक्तविकार, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., मालिस गर्ने ३-५ पटक।

### ६६८. ऐणी, रनफनास, अन्निजी, अन्जाली, Jungle Jack Fruit Tree, *Artocarpus hirsutus* (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १००-१५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो, पहेँलो फुल्ने, चुच्चो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक, स्वादिष्ठ, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, शोथघ्न, वातनाशक, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : पित्तरोग, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, रक्तपित्त, दम, खोकी, डण्डिफोर, रक्तको कमी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, उदरशूल, अर्श, गाँठा, गिर्खा, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, गानो, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० र तेल २० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, फल १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण ३-१० ग्राम, बीजवटी १-३ वटा, मालिस गर्ने-लगाउने ३-५ पटक।

### ६६९. ऐंसेलु सुनौलो, मांसरोहिणी, अचु, Golden Rasberry, Raspberry Plant, *Rubus ellipticus* (Family : Rosaceae)

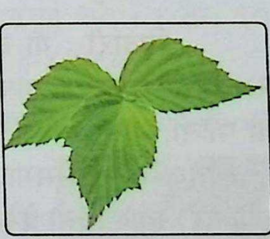


**चिनारी :** यो प्रायः समशीतोष्ण जलवायुमा धेरै पाइन्छ। जैविक विविधताको धनी देश नेपालमा ३००० मिटरसम्ममा सर्वत्र मिल्छ । यो सदा हराभरा रहने, बिरुवा काँडादार १०-१५ फिट अग्लो भएर झ्याङ्गिन्छ, दन्तुर चेप्टो पात, सेता फूल, सुनौलो फल हुन्छ। स्वाद फल स्वादिष्ठ-गुलियो मीठो अन्यभाग टर्रो । स्वभाव फल शीतल-शीतवीर्य र अन्यभाग उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल, फूल, जरा, कलिलो मुना, काण्ड । **गुण-धर्म-कर्म :** फल जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रसिलो-पोषिलो महौषधि, कामोद्दीपक अग्नि-उद्दीपक, त्रिदोषजविकार निष्कासक, पुनर्यौवनदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगतको कमी, प्रदर, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, रक्तस्राव, रक्तदोष, पित्तज्वर, अमलपित्त, कमलपित्त, वीर्यदोष, दम, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गर्छ। **मात्रा :** सुनौलो फल/रस/लेदो १०-२० ग्राम, ऐसेलु मह ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई २-१० मि.लि., जरा चूर्ण १ चम्चा, कलिलो टुसा १, मुना १, फूल आधा-एक चम्चा, भस्म १-२ ग्राम र फल आधा एकमुठ्ठी ५०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६७०. ऐंसेलु कालो विशाल झ्याङ, मधुरकला, Black Rasberry Plant, *Rubus paniculatus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ । यो ५०-३०० फिट लामो काँडायुक्त लहरो, चेप्टो वा गोलाकार उल्टोतिर सेतो पात, ढाँड-भीरमा धेरै फैलिन्छ । यसको फल पाकेपछि वैशाख-असारमा कालो रसले भरिपूर्ण हुन्छ । स्वभाव : फल शीतल र अन्य भाग उष्ण-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल, डाँठ र जरा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रगत वृद्धिदायक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यजनक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, ॠतुस्राव नियामक, मूत्रल, पित्तनाशक मानिन्छ । स्वाद फल मीठो र अन्य भाग टर्रो । **औषधीय उपयोग :** यसले रगतको कमी, प्रदर, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, कब्ज, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, मासिकधर्म, दम-खोकी र चिसो रुघा-पिनास, हैजा, अर्श, गानोगोला, रक्तस्राव, रक्तदोष, पित्तज्वर, अमलपित्त, कमलपित्त, रजवीर्यदोष, दम, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल/लेदो/रस ३०-५० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अन्य भागको धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० र फलस्वरससुई ३-१० मि.लि. २-३ पटक ।

### ६७१. ऐंसेलु रातो, ऐशालु, हिंसालु, रसभरी, Rasberry Red Plant, *Rubus idaeus* (Family : Rosaceae)



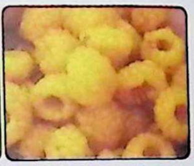
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका वन-भीरमा १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, खतरा तिखो काँडा, बहुबर्षायु, काँडोयुक्त काण्ड, पात चुच्चे चेप्टो, श्वेतपुष्प, फल रातो हुन्छ । फूलको कोपिलाभित्रबाट फल निस्कन्छ । यो सदा हरियो रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल, फूल, बोक्रा, जरा र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यसको फल पोषक, बलकारक, रक्तस्तम्भक, क्षुधावर्द्धक, रसल, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक मानिन्छ । यसको पात र जरा ज्वरहर, पत्थरीनाशक, निद्राकारक, कलेजो सुधारक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, उदरविकारनाशक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कलेजो रोग, फोक्सो कफयुक्त र सुन्निने, आमवात, ज्वर, मुखपाक,

अम्लपित्त, कमलपित्त, पेटको रोग, कमजोरी, वीर्यको कमी, पत्थरी, दाद, लुतो, दादुरा, खटिरा, रक्तस्राव, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १०-५० ग्राम, फलरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, पञ्चाङ्ग चूर्ण ३-५ ग्राम, भस्म १ ग्राम, क्षार चौथाइ-आधाग्राम ३-५ पटक।

### ६७२. ऐंसेलु काँडा नभएको, अंजु, Tayberry, Hildaberry Plant, *Rubus fruticosus* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो काँडा भएको झ्याङ, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, रसिलो फल्छ। यो सदाबहार हराभरा रहने बिरुवा हो। यसको स्वाद मीठो-हल्का अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, मासिकधर्मनियामक, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, नेत्ररोगनाशक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, रगतको कमी, मासिकअधर्म, रक्तरोग, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, प्रदर, धातुरोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तस्राव, हैजा, नेत्ररोग, तनाव, मानसिक रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम, फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., फल २०-३० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ६७३. ऐंसेलु सुनौलो ठूलो त्रिपत्रक, हिंसालु, स्वर्णफल, बृहत्‌हिंलोलावडा, Golden Himalayan Raspberry Plant, *Rubus ellipticus* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, काँडादार, सेतो फुल्ने, चेप्टो त्रिपत्रक पात, फल सुनौलो रसिलो, जरा गठ्याइलो परेका हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, नयाँ मुना, फूल र जरा। यसको स्वभाव फल शीतल हुन्छ र अन्य भाग उष्ण लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रसायन, अर्बुदहर, स्त्रीधर्मपालक, हृदयकारी, मूत्रल, व्रणरोपक, क्षयनाशक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम-खोकी, जलोदर, राजयक्ष्मा, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, आन्द्राको घाउ, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पिनास, रक्तदोष, गाँठा-गिर्खा, अङ्गशोथ, कटिवात, गृध्रसी, पक्षाघात, रजःवीर्यदोष, कफपित्तवृद्धि, गानो, सङ्ग्रहणी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, कलिलो रातो मुनाको साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ६७४. ऐराल चेप्टो, ऐरेलु, तिक्तिकाकाकडी लता, अडेल्लो, Auraal Vine Plant, *Citrullus colocynthis* (Family : Cucurbitaceae)

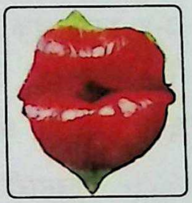
**चिनारी** : यो काँक्रोसमान लहरा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १२-२४ डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रमको फुस्रो दोमट-माटोमा राम्रो फल्छ। यसको फूल सेतो वा पहेँलो, गोलो अथवा चेप्टो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। यो वैशाख-जेठमा उम्रन्छ र कार्तिक-मंसिरसम्ममा बेलो नै सुकेर हराउँछ। पाकेको पहेँलो फल वर्षदिन राख्न सकिन्छ। स्वाद तीतो धेरै नमीठो र स्वभाव शीतकारक-शीतल। **प्रयोग हुने अङ्ग** : फलको गुदी र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वमनकारक, मूत्रल, पत्थरीहर, त्रिदोषजविकार निष्कासक, उच्चरक्तचाप घटाउ, मधुमेहहर, रक्तशोधक, कलेजोज्वर निवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : प्राणीज सर्व विष, कुपाच्य भोजनको असर, रासायनिकत्वहरूको उल्टा क्रिया, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, पित्तरोग, कमलपित्त,

अम्लपित्त, आमाशयको निष्क्रियता-शिथिलता, पिसाबको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : उल्टी गराउँदा वा गर्दा थिचेर-पिसेर-छानेर पकाई अथवा ताजा रस पिएर खाली पेट गर्नुपर्छ । यदि विषादि मुखबाट छिर्ने वा विषाणु टोकाइमा तत्काल उल्टी गर्दा मनमन तातोपानी ५-७ गिलास पिएर फाल्नुपर्छ ।

### ६७५. ओखरघाँस पहेँले, Pahenle-Okharghans Plant, Yellow Walnut Grass

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, छिप्पिएको पातमा गाँठो बीजाणु रहन्छ, जसमा च्याँख्लासमान बीज निस्कन्छ । फूल पहेँलो, फल डल्लोभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शामक उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशसंम्वर्द्धक, कफनिस्सारक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, वातहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, वातविकार, मुखका घाउ, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, अर्श, दाग, रक्तस्राव, हैजा, मानसिकरोग, कम्मर दुख्ने, ढाड-हाड खिइने, पेटको गड्बडी, आउँ-पखाला, अम्लपित्त, आन्द्रा चिप्लोपन, विजातीयद्रव्यदोष, ज्वर, चर्मरोग, रक्तचाप, कलेजोको गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६७६. ओठेफूल, लालीफूल, Hot Lips Flower, *Psychotria elata* (Family : Rubiaceae )



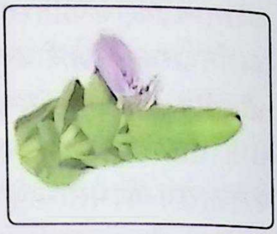
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, फराकिलो पात लाम्चो रेखाकार, फूल लाली ओठमा लगाएकोझैं अति रातो केशर पहेँलो, नीलो फल डल्लोभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शामक शीतल र स्वाद टर्रो केही तितो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशसंम्वर्द्धक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, वातविकार, मुखका घाउ, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, अर्श, दाग, रक्तस्राव, हैजा, मानसिकरोग, कम्मर दुख्ने, ढाड-हाड खिइने, पेटको गड्बढी, आउँ-पखाला, अम्लपित्त, आन्द्रा चिप्लोपन, विजातीयद्रव्यदोष, ज्वर, चर्मरोग, रक्तचाप, कलेजोको गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६७७. ओखर वनेलु गर्मीको, अकोला, अपोला, Tung Tree, Filberts Candlenut Plant, *Vernicia fordii* (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, चेप्टो पात, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने, फल गोलाकार गेडा तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक,

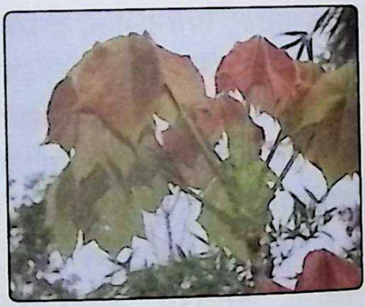
मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, पुष्टिकर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, क्षय, जलोदर, पिनास, दम-खोकी, रक्तदोष, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, दुख्ने, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, चोटपटक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६७८. ओड्गा, कूल अकाड्तासी, **Onga Herb, Humba Plant,** ***Justicia simplex*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, प्रशस्त हाँगाबिँगाहरू हुने, पात अण्डाकार, फूल सेतो हल्का कलेजी वा प्याजी, पात-हाँगा रौदार, जरा खैरा, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । स्वभाव शीतल र स्वाद काँचोमा कोक्याउने टर्रो र उसिनेपछि मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, बलकारक, मलमूत्र निस्सारक, रक्तपित्तनाशक पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रज:वीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने, प्रमेह, प्रदर, गानोगोला, सुकेनाश आन्द्रा, कब्जियत, हर्षा, पत्थरी, पेट पोल्ने, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, बीज धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ६७९. ओदाने, ओदाल रौँदार, उदाल, ओदार, **Hairy Sterculia Tree,** ***Sterculia urens*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग ३०-६० फिटसम्म अग्लो हुने वृक्ष, हाँगा फिक्का हरियो र स-साना छिद्रहरू रहेका हुन्छन्, पातहरू ४० से.मि.सम्म व्यास भएका लामा डाँठ, मुटुको आकारका ५-८ वटा लोतीहरू माथितिर रौँ नै रौँ र तलतिर आपसमा मिसिएका रौँहरू दायाँबायाँ रहेका हुन्छन् । यसको फूल डाँठसहित लट्टा परेका ऊनजस्तो झुसहरू भएको ठूलो/सानो जतातत्तै मिसिएको झुप्पामा फुल्ने पहेँलो रङका हुन्छन्, फल रातोभित्र काला गेडा पखेटामा लाग्छ । जरा सेता हुन्छन् । स्वभाव शीतल-शीतवीर्य र स्वाद मीठो हल्का टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बोक्रा, चोप र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेद-मज्जावर्द्धक, वेदनाशामक, मृदुरेचक-मूत्रल, वातपित्तहर, कामोद्दीपक, त्रिदोषविकार निष्कासक, गर्भस्थापक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रज:वीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, रक्तस्रावनियन्त्रक, पीडाहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ठोक्किएको, सुन्निएको, हाडको वात, स्नायुगत नसावात, रजवीर्यदोष, रक्तस्राव, अधिकरजस्राव, धातुस्राव, पेट पोल्ने, वायुगोला, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रज:वीर्यदोष, रगतको कमी, हाडको रोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा चिफ्लोतत्त्व र क्याल्सियम प्रशस्त हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र जरास्वरससुई ३-१० मि.लि., चोप/खोटो १-३ ग्राम, बोक्रा र बीज वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ६८०. ओखरीकालो, ओखराडकाली, सोनाबली, सूर्यावर्त, सुवाली, **Turnsole Plant,** ***Chrozophora rottleri*** (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु ३-५ फिट अग्लो, मुलायम रोमश पात गोलाकार वा चेप्टो ठूलो फराकिलो ३-६ से.मि., फूल पहँलो-सेतो फुल्ने, गोलाकार-थेप्चो फलभित्र तेलीयबीजहरू चेप्टो हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, मूत्रल, पाचक, रक्तशोधक, वामक, विरेचक, मेदहर, आन्द्रा शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सन्धिवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, घोर कब्ज, गोटापर्ने, मोटोपन, गानो, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ६८१. ओखर काँडापाते, **Mecadamia Nut, Bauple Nut, Bopple Nut Plant,** ***Macadamia integrifolia*** (Family : Proteaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, झुप्पामा गोलाकार फलभित्र सेतो/खैरो एक तेलीयबीज, पात लाम्चो, सेतो-गेरु रातो बालामा फुल्छ । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शान्तिकारक, तृप्तिदायक, शिरमण्डल उपयोगी, अस्थिपोषक, मस्तकपुष्टिकर, वातव्याधिहर, दर्दहर, रजःवीर्यजनक, तनावहर, बुद्धिवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरमण्डलको रोग, तनाव, कुपोषण, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दिमागी अर्बुद, मनसरोग, रजःवीर्यविकार, आमवात, कटिवात, धातुरोग, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, फल १ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

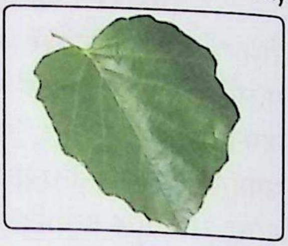
### ६८२. ओखर काँडेपात सेतो, **Bauple Nut, Bopple Nut, Mecadamia White Nut Plant,** ***Macadamia integrifolia*** (Family : Proteaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, फल झुप्पामा गोलाकारभित्र सेतो/खैरो एक बीज, पात चुच्चे लाम्चो, सेतो बालामा फुल्छ । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र फलभित्रको बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शान्तिकारक, तृप्तिदायक, शिरमण्डल उपयोगी, अस्थिपोषक, मस्तकपुष्टिकर, वातव्याधिहर, दर्दहर, रजःवीर्यजनक, तनावहर, बुद्धिवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरमण्डलको रोग, तनाव, आमवात, कटिवात, धातुरोग, अतिश्रमको पीडा, कुपोषण, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दिमागी अर्बुद, मनसरोग, रजःवीर्यविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, फल १/१ वटा, स्वरस/तेल/घ्यू १०-३० र तेलसुई २-५ मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ६८३. ओखरकाठे, रूखबदाम, **Small Hajelnut Plant,** ***Corylus colurna*** (Family : Betulaceae)

**चिनारी** : यो १६००-३००० मिटरमा खेती गरिन्छ । यो अम्लीयपन र क्षारीय भूमिमा हुन्छ । यो उत्तम फलाहारमा गणना गरिन्छ । तुषारो पर्ने भूभागमा राम्रो फल्छ । पुस-माघमा नयाँ बिरुवा रोप्नुपर्छ । यो २०-३०

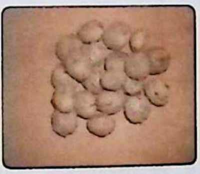
फिट अग्लो रूख, पात फराकिलो-ठूलो, फलभित्र बीज हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग:** बीज। **गुण-धर्म-कर्म :** यो शान्तिकारक, तृप्तिदायक, शिरमण्डल उपयोगी, अस्थिपोषक, पुष्टिकर, वातव्याधिहर, दर्दहर, तनावहर, बुद्धिवर्द्धक, बलकारक, रजवीर्यवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हाडको वात, शिरमण्डलको रोग, तनाव, कुपोषण, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दिमागी अर्बुद, मनसरोग, रजःवीर्यविकार, आमवात, कटिवात, धातुरोग, अतिश्रमको पीडा दुब्लो, जोर्नीवाथ र हाडरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल/घ्यू १०-३० मि.लि., वटी ३-५ वटा, फल १ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।



**६८४. ओखर दाँतेसानो, लघुपीलु, खरजाल, नानदाँते ओखड, दन्तअखरोट, Tootbrush Tree, Small Dental Walnut Plant, *Salvadora persica* (Family : Salvadoraceae)**

**चिनारी :** यो सुक्खा स्थानका १०००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, असारमा पाक्छ, पतझर, सानो सेतो रूख, अण्डाकार वा लाम्चो पात, पहेँलो फूल र फल गोलो थेप्चिएको पाकेपछि रातो हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो फल केही टर्रो स्वादिलो हुन्छ । यो फल स्निग्ध, सारक र भेदक गुणको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यसको फल कामोद्दीपक, विषनाशक, मस्तिष्कशोधक, अग्निवर्द्धक र वातनाशक, बलकारक, वेदनाशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** गुदीले शिरमण्डलको रोग, तनाव, कुपोषण, स्मृतिह्रास, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दिमागी अर्बुद, मनसरोग, रजःवीर्यविकार, आमवात, कटिवात, धातुरोग, अतिश्रमको पीडा, दुब्लो, हाडरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बोक्राले अर्श, गुल्म, वातरक्त, पेटका रोग, कफ र विषदोषलाई हटाउँछ । **मात्रा :** पात र बोक्रा ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक ।

**६८५. ओखर दाँतेठूलो, दन्तअखरोट बृहत्पीलु, बृहत्अखरोट, Toothbrush Big Tree, Dental Walnutplant, *Salvadora* sp. (Family : Salvadoraceae)**

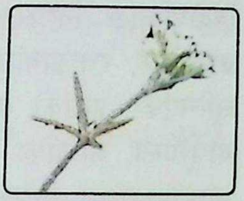


**चिनारी :** यो प्रायः १०००-२००० मिटरका जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-१०० फिट अग्लो, पात हृदयकार, गोलो पाकेपछि पहेँलो सानो चुच्चो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छ । फलको स्वाद मीठो-गुलियो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बीज मस्तिष्क सुधारक, चेतनाशक्तिदायक, त्रिदोषशामक, वेदनाशामक, निद्राजनक, शोथघ्न, विषघ्न, पित्तनाशक, वातहर, तनावहर, बलकारक, मदकारक, तृप्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पागलपन, छारे-मृगी, जोर्नीवाथ शङ्कालु, दिग्भ्रमित, बहुलाएको वा रिसाहा-क्रोधी, दिल-दिमाग तात्ने, उच्चतनाव, मानसिकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले चेतनाशक्ति वृद्धि गर्छ, बलवीर्य बढाउँछ, विषदोष मेटाउँछ, पित्त घटाउँछ । यसको बोक्रामा उत्तेजक र व्रणरोपक धर्म हुन्छ । **मात्रा :** बोक्रा ३-५ ग्राम, फल १०-२० ग्राम, बीजपात १-२ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-५ वटा ३-५ पटक ।

**६८६. ओखरीबुटी, ओखराडी, मिसट्टा, कोयाप, राजुमाँ, Oldman's Cap Plant, *Polycarpaea corymbosa* (Family : Caryophyllaceae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, वर्षायु, सेतो फुल्ने,

पुष्प छिप्पिएपछि झुप्पोमा टोपीझैं फल लाग्छ र भित्र १०-१२ तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो, केही तितो-हल्का परपराउने स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, स्तम्भक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, मेदहर, यकृतपोषक, मूत्रल, रक्तरोगहर, रक्तदोषनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, पत्थरी, रक्तरोग, रक्तदोष, मूत्ररोग, मोटोपन, कलेजोरोग, गाँठा-गिर्खा, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फूल/पात/फल १-२ वटा ३-५ पटक ।



**६८७. ओटफललाम फल, दंपेल, सीताकमरखु, Mangostana Tree, Mangosteen, *Garcinia xanthochymus***
(Family : Clusiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सिधा माथि जाने विशाल वृक्ष, हाँगाहरू चारैतर्फ फैलिन्छ, पात आठ-दश इन्च लामो टुप्पो चुच्चो किनारा काटिएका, फूल सफेद/सुनौलो, फल नास्पती बराबरभित्र चारबीज, फल रातो, पहेँलो पुस-माघमा पाक्छ । यसको मुख्य उपयोग फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो, हल्का अमिलो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक, पित्तनाशक, शीतपित्तशामक, पथ्यकर, त्रिदोषनाशक, आक्षेपनिवारक, श्रमनाशक, उदररोगमा उपयोगी, मूत्रनिस्सारक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, गर्मीज्वर, डाहा, रक्तपित्त, पत्थरी, जलन, तनाव, मन्दाग्नि, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १/१ वटा, स्वरस/लेदो/अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., चूर्ण/खोटो २-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**६८८. ओल सेतो, जिमिकन्द सफेद, श्वेतजिमिकन्द, Voodoo lily, Wol White Plant, *Amorphophallus bulbifer***
(Family : Araceae)

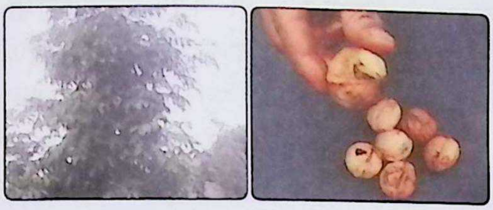
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सर्वप्रथम सेतो फुल्छ, सेतो फुल्दा पात हुँदैन, फूल फुल्ने र पछि पात र डाँठ पलाउँछ र ३-५ महिनामा बिरुवा सुक्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात त्रिशूलाकार छिन्नभिन्न, गाना सेता थुप्रै डल्लाहरू हुन्छन् । यसको गाना सेतो चिल्चिलाउने र कोक्याउने-उत्तेजक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, बृक्कपुष्टिकर, शोथघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, रक्तविकारहर, पित्तनाशक, मधुमेह र अर्शमा लाभदायक, तृप्तिकर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । यसको गाना खरानीमा उसिनेर र कलिलो मुना वा गुबो साग खाने प्रचलन छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुन्निएको, दर्द, चर्मरोग, रगत जमेको, बिग्रेको रगत, अर्श, कब्ज, जलोदर, सुक्खा दम-खोकी, आन्द्रा सुकेको, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, ज्वर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । लेप लगाउने र तेल/घ्यूमा डढाएर मालिसका साथै अर्कले स्नान गर्नुपर्छ । **मात्रा** : उसिनेको ३०-५० ग्राम, धूलो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म ३-५ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**६८९. ओदाल, मुडिलो, त्रायन्ति, दनो, ओदार, मोहलानी, Odaal Tree, *Sterculia villosa* (Family : Malvaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग ४०-६० फिटसम्म अग्लोवृक्ष, हाँगामा बाक्ला बोक्रा हुने, संयुक्त पात लाम्चो फराकिलो, फूलहरू झुप्पामा फुल्ने हरियो पहेँलो रङको, फलभित्र तेलीय गेडा पखेटामा लाग्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । स्वभाव शीतल-शीतवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बोक्रा, चोप,

पात र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेद-मज्जावर्द्धक, वेदनाशामक, मृदुरेचक-मूत्रल, वातपित्तहर, कामोद्दीपक, त्रिदोषविकार निष्कासक, गर्भस्थापक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, रक्तस्रावनियन्त्रक, पीडाहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ठोक्किएको, सुन्निएको, हाडको वात, स्नायुगत-नसावात, रजवीर्यदोष, रक्तस्राव, अधिकरजःस्राव, धातुस्राव, पेट पोल्ने, वायुगोला, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी, हाडको रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा चिप्लोतत्त्व र क्याल्सियम प्रशस्त हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो १-३ ग्राम, बोक्रा र बीज वटी २-३ वटा, बीज १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ६९०. ओखरहाडे, कोतो, काष्ठअखरोट, अक्षोटक, Himalayan Walnut Tree, Tarka (Am), *Juglans regia* (Family : Juglandaceae)



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटर उचाइमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, पात लाम्चो फराकिलो, पुष्प हरियो-पहेँलो सेतो, गोलो फलभित्र कडाभाग हाड धेरै र भित्र गुदी थोरै हुन्छन् । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । स्वभाव शामक शीतवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फलभित्रको गुदी स्मरणशक्तिदायक, बुद्धिवर्द्धक, मानसिक-तनावहर, वेदनाशामक, हाडको रोगमा उपयोगी, कपालरक्षक, वातव्याधिहर, पागलपन-उन्मादमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, अतिपुष्टिकर, मस्तकअर्बुदहर, निद्राजनक, मदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरमण्डलको अर्बुद, बोधो मस्तिष्क, विस्मृतिक्षय, मृगी-छारे, पागलपन, शिरतात्ने, उच्चबेचैनी, कमजोर-विचार, कपाल झर्ने-खुइलिने, अनिद्रा, मानसिकरोग, चिन्ता, भ्रम, शङ्का, अविश्वास इत्यादि रोग सन्चो गराउँछ । यसको बोक्राले दाँत दृढ गर्छ र मन्जन गर्दा कीरा हटाउँछ, कफनाश गर्छ, पेटका कृमि नष्ट पार्छ । यसको पात पिसेर लगाउँदा सुजाक आदि योनिरोगमा फाइदा हुन्छ, छालाका समस्यामा हित गर्छ । यसको फल ओखरगुदीले स्मरणशक्ति बढाउँछ, कपाल झर्नबाट रोक्छ, अपस्मार-छारे-मृगीमा फाइदा दिन्छ, पागलपन र मानसिक उच्चतनावलाई रोक्छ, बुद्धि बढ्छ, मस्तिष्क क्षेत्रमा पानी भरिन्न र मनुष्यको गिदी कुहिँदैन । **मात्रा** : फल गुदी ५-१० ग्राम, बोक्रा-पात २-३ ग्राम, भस्म/चोप/खोटो १-३ ग्राम, बीज वा तेल ३-१० ग्राम, पञ्चाङ्ग अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, बीज वटी २-३ वटा २-३ पटक ।

### ६९१. ओल मीठो जिमिकन्द, सवाद ओल, Sweet Wol Potato, Oal Plant, *Amorphophallus* sp. (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो चैत-वैशाखमा गानो रोपी २-३ महिनामा साग/पात र ५-६ महिनामा परिपक्व गानो गर्मी क्षेत्रमा राम्रो खेती हुन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात त्रिशूलझैं छिन्नभिन्न लाम्चो, गाना सेता हुन्छन् । वैशाखतिर गानो रोपेर १-२ महिनामा पात वा गुबो खाइन्छ भने ५-७ महिनामा बढेको ठूलो कन्द प्रयोग गरी लाभ लिइन्छ । यसको गानोको स्वाद वनतरुलसमान मीठो र औषधीय हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गाना । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कब्जहर, मूत्रल, पेटका समस्तरोगमा लाभदायक, अर्श र गाँठा-गिर्खामा उपयोगी, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, विजातीयद्रव्य निष्कासक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तविकारहर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, गानोगोला, पेट पोल्ने-दुख्ने, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, छालाको रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष,

सुकेनाश, अम्लपित्त, कामला, मासिकअधर्म, ज्वर, रक्तदोष, आन्त्रपुच्छ्र रोग (आँन्द्रा गाँठो पर्ने) इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको, लेदो/धूलो ३०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा काच्चो स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ६९२. ओखर चुच्चो भएको, चुच्चेओखर, **Pecan Tree,** ***Carya illinoinensis*** (Family : Juglandaceae)

**चिनारी** : यसको खेती १२००-३००० मिटरसम्म राम्रो हुन्छ । यो ७०-१०० फिट अग्लो, फूल र फल लिचीसमान, पातको किनारमा काँडा, बोक्राभित्र चुच्चो कडा खोल र फलभित्र गोलाकार सेतो गुदी दाना तेलीय हुन्छ । यो धेरै मीठो र स्वादिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको बीज बलकारक, पीडानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, बुद्धिवर्द्धक, शिरमण्डलरोगहर, अतिश्रमहर, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नी दुख्ने, लडेको-ठोक्किएको, धातु पातलो, रजवीर्यदोष, दुब्लोपन, हाडको विकास नभएको, उन्माद, मृगी, अपस्मार, स्मृतिह्रास आदि सन्चो गराउँछ । निरन्तर खाँदा मोटाइन्छ, यसमा ७१ प्रतिशत चिल्लो पदार्थ, १५ प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट, ९ प्रतिशत प्रोटिन र पर्याप्त मात्रामा खनिजपदार्थ मिल्छ । **मात्रा** : फल ३-५ वटा, धूलो ३-५ ग्राम, लेदो/तेल ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ६९३. ओटफल, झारस्वी, गोरका, भव्यफल, ओढ, **Tamala, Mangosteen Plant,** ***Garcinia xanthochymus*** (Family : Clusiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू धेरै भएको, बोक्रा चौथाइ अङ्गुल मोटो, पात ८-१२ इन्च लामो चम्किलो चुच्चो भएको, पहँलो-सेतो फुल्ने बास्नादार, वर्षादको आरम्भमा फुल्छ र पुस-माघमा पाक्छ, पाकेपछि पहँलो फलभित्र रसदार सुनौलो गुदी र १-४ बीज हुन्छन् । यसको फल आँपभन्दा गुलियो र केही अमिलो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, पित्तनाशक, मूत्रल, नेत्रशक्तिदायक, रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, कामला, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, ज्वर, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, उदरशूल, पेट पोल्ने, मुखपाक, दाह, अनिद्रा, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० र तेल १० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चटनी/अचार/खोटो ३-७ ग्राम, फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ६९४. ओदाल पहँलो, **Yellow Odaal Tree,** ***Sterculia* sp.** (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू भएको, बोक्रा बाक्लो-मोटो, संयुक्त पात लामो चम्किलो त्रिशूलाकार चुच्चो भएको, पहँलो-हरियो फुल्ने बास्नादार, फल पाकेपछि पहँलोभित्र रसदार सुनौलो गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको नयाँ जरा र बोक्रा पहँलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, पित्तनाशक, मूत्रल, नेत्रशक्तिदायक, रस/रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, कामला, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, ज्वर, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, उदरशूल, पेट पोल्ने,

मुखपाक, दाह, अनिद्रा, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ३० र तेल १० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/खोटो/चूर्ण ३-७ ग्राम, फल १-२ वटा ३-५ पटक।

### ६९५. ओटधान, ओटधान्य, Oats Meal, Big Oat Plant, *Avena sativa* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ। यो गहुँ/जौसमान बिरुवा ३-४ फिट अग्लो, पात लामा भालाकार चुच्चो, टुप्पामा फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि बालामा बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। यसको बीज कडा र गोलाकार हुन्छ, श्वेत-पीत रङको बीज, भुत्ला बाहिर टुँणो हुन्छ। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, दर्दहर, वातपुष्टिकर, श्वासरोगहर, उदररोगमा लाभदायक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, शोथघ्न, बलकारक, मस्तिष्कपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, हाडको रोग, अङ्गशोथ, ढाड-कम्मरदर्द, रजःवीर्यदोष, कटिवात, स्मृतिह्रास, अपस्मार, गानो, उदरशूल, कब्ज, अर्श, दुब्लाउने, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, पेटको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोले/काँढापानी/रस/झोल १ माना, ढिँडो वा ढिँणो १-३ चोइली, पुवा/सातु १०-३० ग्राम, वटी/लड्डु ३-५ वटा ३-५ पटक।

### ६९६. ओखडगुलाबी फुल्ने, ओखराडी, ओखराला, Hairy Carpet Weed, Glinus Herb, *Mollugo hirta* (Family : Molluginaceae)

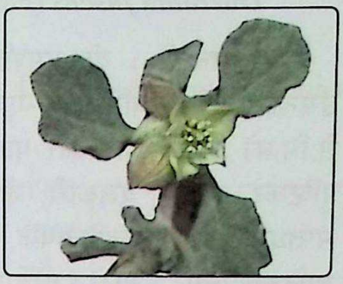
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, वर्षायु, शीतकालमा उम्रन्छ, पात बेलनाकार, हाँगाहरू चारैतिर फैलिन्छ, पुष्प ताराकारका रौँ छत्राकारमा धेरै सेतो, पत्र डण्ठल छोटो, आमुन्ने-सामुन्ने २-३ दलदार पात निस्कन्छ, फूल गुलाबी फुल्छ, लामो-गोलो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशुद्धिकर, मेदहर, व्रणरोपक, पित्तनाशक, यकृतपोषक, रेचक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, रक्तरोगहर, अग्निकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, ज्वर, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पेटको रोग, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, कब्ज, अर्श, मधुमेह, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, गानो, मूत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, कामला-समस्त हेपाटाइटिस, आन्द्राको सुक्खापन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग उसिनेको/बफाएको/पकाएको २०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ६९७. ओरालेलहरो, गोरालेलता, गोधापदी, Gorale Creeper, Orale Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो द्राक्षाकुल आरोहीलता, कमलो काण्ड, मुलायम पात सात भागमा विभक्त पत्रिका ४-८ अङ्गुल लामो र १-३ अङ्गुल चौडा दन्तुर, फूल ध्वाँसे-सेतो रोमश, फल गोलो-चेप्टो सेतोभित्र ४ तेलीय बीज हुन्छन्। यो भदौमा फुल्छ र मंसिरमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो हल्का टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, स्त्रीधर्मपालक, मूत्रल, पत्थरीहर, सङ्ग्राहक, दाहशामक, चर्मरोगहर, व्रणसुधारक, ज्वरनिवारक, उदररोगमा लाभदायक, मलावरोधक, मेदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, प्रमेह, मधुमेह, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, छालाको रोग, ज्वर, उदरशूल, पत्थरी, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठो-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, मोटोपन, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तरोग, रक्तदोष

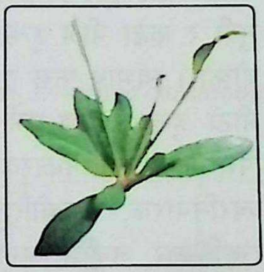
इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक।

### ६९८. ओखती बुटी सेतो, श्वेतओखरड, धुस्रो, धुसरा, धोलकानी कडाऔषधि, **Lotus Sweetjuice Plant, Xing Su Cao, Damascisa Weed,** ***Glinus lotoides*** (Family : Molluginaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु, शीतकालमा उम्रन्छ, यो ३०-५० से.मि. अग्लो, सेतो वर्णको बुटी, रौंदार पात अण्डाकार, लम्बगोल फलभित्र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको सबै भाग प्रयोगमा आउँछ। यसको स्वाद तितो हल्का टर्रो-परपराउँछ। यो साग खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, पेटको रोगमा लाभदायक, मेदहर, रक्तशोधक, स्त्रीधर्मपालक, रेचक, मूत्रल, वातहर, श्लेष्मनिस्सारक, श्वासरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, कलेजोरोग, रक्तदोष, प्रमेह, कफग्रस्त खोकी, दम, कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रक्तदोष, पेट दुख्ने-पोल्ने, पिनास, आन्द्राको आयतन वृद्धि, श्वासरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, वटी १-३ वटा, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ६९९. ओखती नीलो फुल्ने, नील ओखराड, निलधुसेरा, **Lotus Sweetjuice Plant, Hairy Herb Carpet Weed,** ***Mollugo pentaphylla*** (Family : Molluginaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो शीतकालमा उम्रन्छ, वर्षायु १-३ फिट अग्लो, निलो वर्णको बुटी, पात अण्डाकार चिल्लो रौंदार, नीलो फुल्ने, पुंकेशर १०-१२ हुन्छन्, लम्बगोल फलभित्र धेरै काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको साग खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही तितो हल्का परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तहर, वातनाशक, मूत्रल, रेचक, रक्तशोधक, कफघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, उदररोगमा लाभदायक, रुचिकारक, पाचक, अग्निकारक, व्रणरोपक, नेत्ररक्षक, मूत्रल, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले उदररोग-शूल, पेट दुख्ने, मूत्ररोग, रक्तदोष, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मन्दाग्नि, अरुचि, अजीर्ण, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, आमवात, मुखपाक, घुँडादर्द, हाडरोग, अर्श, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ७००. ॐगुरु, गुरुम, **Aum Guru Plant**

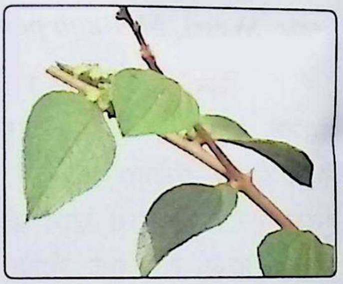
**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, फूल रातो थुँगामा फुल्ने, पुष्प परिपक्व भएपछि तोरीका गेडाभैं तेलीय बीज पाक्छन्, जरा खैरो हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण प्रकृतिको हुन्छ र स्वाद मीठो र टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, मिर्गौलाशिथिल, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा,

उन्माद, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**७०१. औतारीसुनगाभा, ध्वासेसुनाखरी, Xia Ye Er Chua Lan, The Dark–Brown Otochilus, *Oberonia fuscus* (Family : Orchidaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो पुराना वृक्षहरूमा उम्रन्छ । यो वनस्पति आधा-एक फिट अग्लो, धेरै र छिटो गाँजिन्छ, पुष-माघतिर ध्वाँसे र खैरो फुल्ने, ९-२१ से.मि.को लाम्चो भालाकार पात, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग । **गुण-धर्म-प्रभाव** : यो पुष्टिकर, वातहर, बलकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्धक, रजवीर्यदोष-धातुरोगमा उपयोगी, गर्भस्थापक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुनर्यौवनदायक, तृप्तिकारक, आयुर्वर्धक, रक्तवर्धक, व्रणरोपक मानिन्छ । **स्वाद** : मीठो । **स्वभाव** : शीतल-शामक । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, रजवीर्यदोष, क्षयरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, मुटुको वाथ, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कटिवात, धनुर्वात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी मानाभर, स्वरस ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**७०२. औंले बयर, कर्कन्धु, बैर, Jackal Jujube Plant, *Ziziphus oenoplia* (Family : Rhamnaceae)**



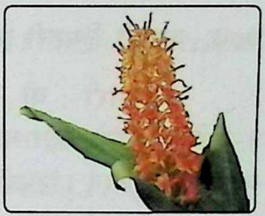
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, काँडादार, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार पाकेपछि पहेँलो फलभित्र सेतो गुदी र कडा बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल, बीज र बोक्रा । स्वभाव फल र बीज शीतल अन्यभाग उष्ण, स्वाद तीतो-टर्रो र फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, दन्तरोग, अपच इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ । यसले पाचनशक्ति शिथिल, आँखाको रोग, गर्मी पित्तज्वर, रक्तपित्त, पित्तदोष, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । फलभित्रको बीज आँखा पाक्ने, हैजामा अति उपयोगी हुन्छ । यसको पात-रसले जुम्रा, लिखा, किर्ना र अन्य विषालु कीराले टोकेकोमा फाइदा पुऱ्याउँछ । पात र बोक्रा खोटो छालाका रोगमा लगाउँदा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, फल काँच्चो चटनी-अचार ३-५ पटक ।

**७०३. औँलेबोहरी, मरकन्दु, Aule Bohari Tree**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार पाकेपछि पहेँलो फलभित्र सेतो गुदी र कडा बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल, बीज र बोक्रा । स्वभाव फल र बीज शीतल अन्यभाग उष्ण, स्वाद तीतो-चिप्लो र फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, कृमिमारक, मेदहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त

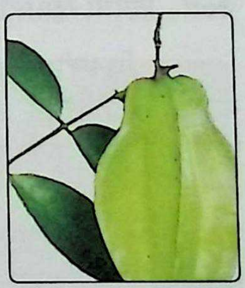
रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, दन्तरोग, अपच, पाचनशक्ति शिथिल, आँखाको रोग, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, रक्तपित्त, पित्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । फलभित्रको बीज आँखा पाक्ने, हैजामा अति उपयोगी हुन्छ । यसको पात-रसले जुम्रा, लिखा, किर्ना र अन्य विषालु कीराले टोकेकोमा फाइदा पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, फल काँच्चो चटनी-अचार ३-५ पटक ।

**७०४. कपूरकचरी ठूलो सुन्तले, पानीसरो सुन्तले रङको, Orange Ginger Lily, *Hedychium coccinea***
(Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो र ३-५ फिट फैलिने, पात १-२ फिट लामो दुवैतिर गएका, बास्नादार गाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो र टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, मोटोपन, मधुमेह, प्रदर, अङ्गशोथ, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेमासुवृद्धि, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७०५. कमरख रातो, अमरख, करमल, Red Star Sweet Fruit, Carambola Star Plant, *Averrhoa carambola***
(Family : Oxalidaceae)

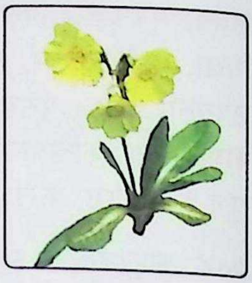


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५००-३३०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभर रहने, यो १०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, प्याजी सेतो-गुलाबी वा प्याजी वा रातोरङको घण्टीभैँ फुल्ने, अण्डाकार पाँचचोसे रातो फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू धेरै हुन्छन् । बीज चटनी-अचार र पातको साग खाने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो र मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, कफपित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज/चटनी-अचार ३-१० ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

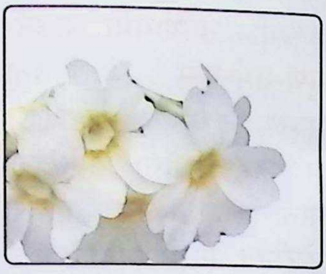
**७०६. कमली पहेँलो, स्याउलेफूल, Yellow Primerose Plant, *Primula strumosa* (Family : Primulaceae)**

**चिनारी** : यो ३५००-४५०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार, बास्नादार बालामा साउनमा पहेँलो फुल्ने, जरा पहेँलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग ।

स्वभाव शीतल र स्वाद तितो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

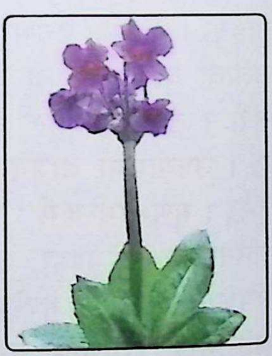


### ७०७. कमली हिमाली सेतो फूल, White Primerose Plant, *Primula obliqua* (Family : Primulaceae)



**चिनारी :** यो २७००-४२०० मिटरका चिसो जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार, बास्नादार बालामा साउनमा सेतो फुल्ने, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, रक्तरोग, आउँ-पखाला, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ ३० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ७०८. कमली हिमाली बैजनी फूल, Purple Primula Plant, *Primula tsariensis* (Family : Primulaceae)

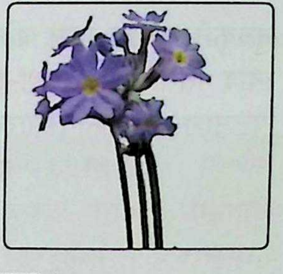


**चिनारी :** यो ३०००-५२०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-४० से.मि. अग्लो, पात लामो बेलनाकार, बास्नादार बालामा साउनमा गुलाबी-बैजनी फुल्ने, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, छारे, रुघा, पिनास, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, रक्तरोग, पखाला, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

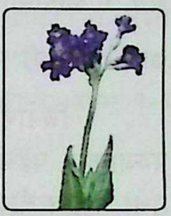
### ७०९. कमली नीलो, स्याउलेफूल, Blue Primerose Plant, *Primula strumosa* (Family : Primulaceae)

**चिनारी :** यो ३५००-४५०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार, बास्नादार बालामा साउनमा निलो फुल्ने केन्द्रमा सुनौलो टीका रहेको, जरा पहेँला

हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।



**७१०. कमली हिमाली नीलो फूल केशर पहेँलो, Blue Gold Eyed Primrose Plant, *Primula calderiana* (Family : Primulaceae)**



**चिनारी** : यो ३५००-६२०० मिटरका शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० से.मि. अग्लो, पात चम्चाकार दन्तुर, बास्नादार बालामा साउनमा नीलो फुल्ने केशर पहेँलो, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, मानसिकरोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, मृगी, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, रक्तरोग, आउँ, पखाला, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

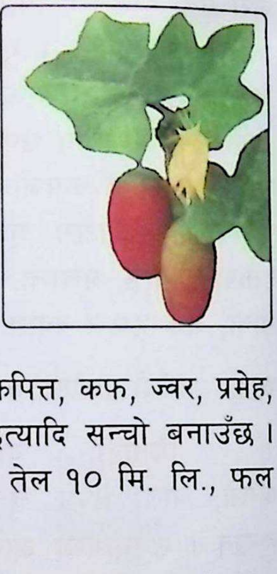
**७११. कसौदी मझ्ौली, मध्यानी काँसमर्द, The Big Negro Coffee Plant, *Senna occidentalis* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, सुनौलो फुल्ने, फल कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, पागलपन नियन्त्रक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, उदररोगनाशक, विरेचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, घोर कब्ज, अर्श, आन्द्राविकार, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, फोक्सोशिथिल, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको पात सनायपत्तासमान विरेचक खतरा कब्जियतमा प्रयोग गरिन्छ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

## ७१२. कपास बीज तेल, Cotton Seed Oil Plant

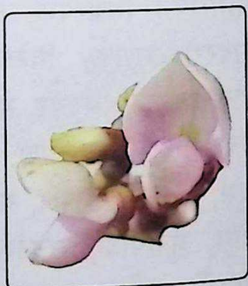
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो जुनकुनै कपास फल कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । स्वभाव उष्ण शीतल र स्वाद तितो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, उदररोगनाशक, विरेचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, कब्ज, अर्श, आन्द्राविकार, प्रमेह, निम्नरक्तचाप, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । घाउ नभरिने, मासु नपलाउने पाकेर पीप बगिरहनेमा यो तेलले तुरुन्तै लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १०-१५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, अर्क र काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म, १-३ ग्राम पिउने ३-५ पटक ।

## ७१३. कन्दरी पहेँलो फुल्ने, बिम्बी, Ivy Gourd Plant, *Coccinia indica* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट लामो लहरा पात पञ्जाकार, पहेँलो फुल्ने, फल लाम्चो अण्डाकार पाकेपछि रातो, फलभित्र गुदी र रस तथा तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि. लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

## ७१४. करञ्ज रूख, कालो केरङ्गी, Black Beech Tree, *Pongamia pinnata* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-८० फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, पुष्प बैजनी फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीज काला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो र कोक्याउने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थि रोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, नेत्ररोग, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, कफवृद्धि, पक्षाघात, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि,

अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल २० मि.लि.,रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ७१५. करबीर सुनौलो, स्वर्णकनेर, सुगन्धपीत कन्यौरा, Kaner Golden Olender Plant, *Thevetia peruviana* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, हाँगा सोझो माथि गएका, भालाकार पात लामो टुप्पो चुच्चो, सुनौलो फुल्ने बास्नादार, कोसाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, जराको बोक्रा, फूल, फल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, व्रणरोपक, श्वासरोगहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, घाउ-खटिरा, छालाको रोग, कर्णशूल, कामला, रक्तपित्त, वातरक्त, सुक्खा दम-खोकी, यौनरोग, रक्तरोग, ज्वर, मासिकअधर्म, गाँठागुठी, मोटोपन, पेटका जुका, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, १ फल, १ फूल, १ पात, १ जरा टुक्रा २-३ पटक ।

### ७१६. करेलो जङ्गली लहरो, तोयवल्ली, काण्डकडुक, Toyaballi, Himalayan Toyo Vine Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता मसिनो डाँठको लहरो झ्याङ लाग्छ, पात फराकिलो किनारा काटिएका ८-१२ भागमा विभक्त, फूल सुनौलो, लाम्चो सेतो/हरियो/कालो रङको फलभित्र च्याप्टा बीज र गुदी हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कलेजो पुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रुचि वृद्धिकर, पाचक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा उपयोगी, रोगप्रतिरोधात्मक, सर्वज्वरहर, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, कृमिमारक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन, कलेजोरोग, ज्वर, लुतो, दाद, कुष्ठ, फियोको रोग, शूल, पेटका रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, अत्यधिक पित्तवृद्धि, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालारोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले भोक जगाउँछ, रगत शुद्ध गराउँछ, कलेजोलाई शक्ति दिन्छ, पित्त काट्छ, कुनै रोग आउनै दिन्न । करेला ढुक्कसँग खाएर सन्चो हुनुस् तब करेला खान छोड्नुहोस् । **मात्रा** : १/१ टुक्रा चुस्ने, ५-१० ग्राम रस/लेदो पिउने, १/१ करेला उसिनेको वा हल्का पोलेको, १०-५ ग्राम चटनी, १/१ माना काँढापानी, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि. तरकारी एक-आधा कचौरा, करेला सुकौटी १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७१७. कपटझार, कब्जनाशक झार, Kapat Jhar–Diarrhea Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फीट अग्लो, दूधे झार, पात चेप्टो, फूल पहेंलो, जरा खैरा, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो र परपराउने केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तीव्र विरेचक, कब्जियतमा उपयोगी, पित्तनाशक, मेदहर, पत्थरीनाशक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, अशोघ्न, विजातियद्रव्य निष्कासक, आन्द्रा शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घोरकब्ज, मोटोपन, पित्तवृद्धि पत्थरी, अर्श, गोटा पर्ने, उदरकृमि, आन्द्राको विकार, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, पित्तज्वर, दम, खोकी, पेट टम्मढुस्स, अर्श, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि

सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना २-३ पटक ।

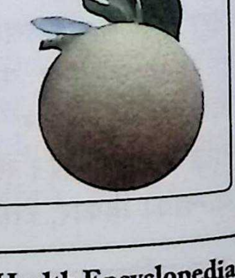
### ७१८. कचुर बैजनी फुल्ने, कर्चरी, सःपी, कचोड, Blue Zedoary Plant, *Curcuma zedoaria* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, भालाकार पात भुइँबाट निक्लेका फराकिलो चुच्चो परेको डेढ-दुई फिट लामो, नलिकाकार पुष्प बैजनी, फल त्रिकोणाकार, बीज अण्डाकार सेता, जरामा कपूरबास्नाका सेलाहरू नीलो सुकेपछि कालो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त-कटु हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क १०-२० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, जरा १-२ टुक्रा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक

### ७१९. कलबल, कलकाल, Cyacad Tree, *Cycas pectinata* (Family : Cycadaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, संयुक्त पात दुवैतिर गएका ३०-४० वटा ५-७ फिट फैलिने, सदाबहार फूल लाम्चो घोगामा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू पहेँला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका बिमिरा गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक ।

### ७२०. कठबेल, कटबेल, कारन्दा, Wood Apple Tree, *Feronia limonia* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-४० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो-बैजनी, गोलाकार फलभित्र कालो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, मेदहर, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव,

रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । पाकेको फलले प्रोटिन, क्याल्सियम, कार्बोहाइड्रेड, फस्फोरस, लौहतत्व, भिटामिन 'सी' आदि तत्व मिल्छ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ७२१. **ककरी पाते, हिमकरेली, कुरकुरेकाँक्रो, लेकवनकरेला, Surkyi Metog (Am), Himalayan Bitter Gourd, *Herpetospermum pedunculosum*** (Family : Cucurbitaceae)

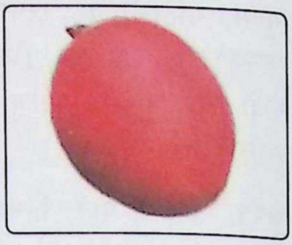
**चिनारी** : यो १८००-३६०० मिटरका समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरोको ठूलो झ्याङ लाग्छ, फराकिलो पात चेप्टो चुच्चो दन्तुर मुलायम कुनै गोलाकार, फुल सुनौलो पाँचपत्रक, लाम्चो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रुचिवृद्धिकर, पाचक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा उपयोगी, रोगप्रतिरोधात्मक, सर्वज्वरहर, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, मेदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, ज्वर, लुत्तो, दाद, कुष्ठ, फियोको रोग, शूल, पेटका रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, अत्यधिक पित्तवृद्धि, यौनरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालाका रोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले भोक जगाउँछ, रगत शुद्ध गराउँछ, कलेजोलाई शक्ति दिन्छ, पित्त काट्छ, कुनै रोग आउनै दिन्न । **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, रस/लेदो १ मुख पिउने, १/१ करेला उसिनेको वा हल्का पोलेको १०-३० ग्राम चटनी, १/१ माना काँढापानी/रस, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., तरकारी एक-आधा कचौरा, करेला सुकौटी १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७२२. **कल्की फूल सानो रातो, कल्कीअवतार, Red Bottle-Brush Tree, *Callistemon speciosus*** (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, पात रैंदार लामो बेलनाकार, फूल रगतसमान रातो, फल घोगामा गोलाकार गेडा काष्ठमय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, पित्तवृद्धि, आउँ अतिसार, पत्थरी, मोटोपन, उदररोग, रक्तविकार, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, ज्वर, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पुष्पस्वरससुई १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

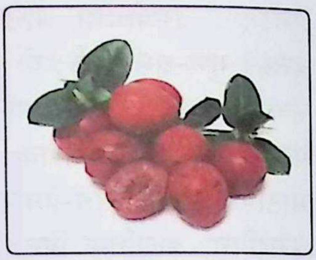
### ७२३. **करौँदा ठूलोपाते, करौं, जातिपुष्प, Caranda Plant, Cu Huang Guo, *Carissa carandas*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, धरै हाँगा फैलिने झाडी पात चेप्टो, फूल सेतो, रातो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै



भाग। स्वभाव फल शीतल अन्यभाग उष्ण र स्वाद फल मीठो अन्यभाग टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक, तिर्षानाशक, अग्निवर्द्धक, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशयसङ्कोचक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, पित्तवृद्धि, आउँ-अतिसार, पत्थरी, मोटोपन, उदररोग, रक्तविकार, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, ज्वर, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ७२४. करौंदा सुनौलो, स्वर्णकरमर्द, करौंदी, Golden Karaunda Tree, *Carissa spinarum* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने १५-३० फिट अग्लो, तीक्ष्णकाँडायुक्त, बोक्रा खैरो, पात चेप्टो, पञ्चपत्रक सेतो फुल्ने, फल गोलाकार रातो पाकेपछि कालोभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद काच्चो टर्रो-पाकेको मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, उदररोगमा उपयोगी, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले सन्धिवाथ, दर्द, रक्तको कमी, कुपोषण, कलेजो रोग, ज्वर, उदरशूल, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, दम-खोकी, रक्तरोग, अर्श इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ७२५. करौंदा सानो, करमर्दिका, करौंदी, Dindimi Plant, Karaunda Tree, *Carissa spinarum* (Family : Apocynaceae)

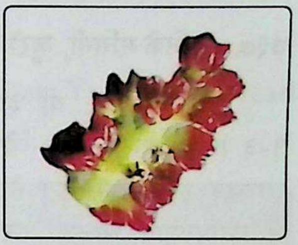
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ३-१० फिट अग्लो, काँडायुक्त, बोक्रा खैरो, पात चेप्टो, पञ्चपत्रक सेतो फुल्ने, फल गोलाकार रातो पाकेपछि कालोभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद काच्चो टर्रो-पाकेको मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, उदररोगमा उपयोगी, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तको कमी, कुपोषण, कलेजो रोग, ज्वर, उदरशूल, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, दम-खोकी, रक्तरोग, अर्श इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ७२६. कर्कटशृङ्गी, काकडसिंगी, अजाशृङ्गी, Goat Hern Tree, *Pistacia integerrima* (Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-७० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका लाम्चो, पातमाथि रहने चोप रातो लाम्चो भेडाको सिङसमान निक्लन्छ, फूल हरियो-पहेंलो, झुत्तोमा रातो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक,

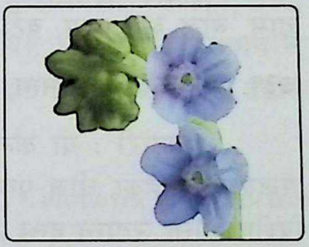
विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, श्वास बलदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, वातहर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ७२७. कर्कटशृङ्गी रातो फुल्ने, काकडसिंगी, अजाशृङ्गी, **Mastic Tree Red Flower**, ***Pistacia lentiscus*** (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ६०-७० फिट अग्लो, पात चेप्टो, पातमाथि रहने चोप रातो लाम्चो भेडाको सिङसमान निक्लन्छ, फूल रातो, भुत्तोमा रातो पाकेपछि कालो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, श्वासबलदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, वातहर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र तेल १० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ७२८. कनिके कुरो नीलो हिमाली, **Neemjarma (Am)**, ***Cynoglossum zeylanicum*** (Family : Boraginaceae)



**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, गाढा हरियो जिब्रोसमान लाम्चो पात, फूल सेतो-निलो वा नीलो चम्किलो, बालामा गेडा लाग्छन् र तेलीय बीज पाक्छन्, फल परिपक्व अवस्थामा बोटभरि नै च्यापच्याप लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, सुन्निएको, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सोको अर्बुद जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७२९. कवच वृक्ष, **Kawacha Plant *Conifera brachialis*** (अस्वीकृत नाम)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, काण्डबाट बास्नादार चोप निक्लने, गोलाकार फल फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो परपराउने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक,

दन्तरक्षक, पीडानाशक, पाचक, शोथघ्न, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अपस्मार, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, आमवात, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो १-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा बीज तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७३०. कनिके मसिनी, कुरो निलिमा हिमाली, Neemjarma (Am), *Cynoglossum* sp.** (Family : Boraginaceae)

**चिनारी :** यो ३०००-५००० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, फूल नीलो चम्किलो, बालामा गेडा लाग्छन् र अति मसिनु तेलीय बीज पाक्छन्, फल परिपक्व अवस्थामा बोटभरमा नै च्यापच्याप लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, सुन्निएको, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सोको अर्बुद, जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

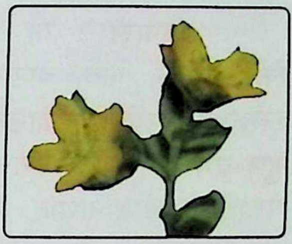
**७३१. कल्पवृक्ष, कल्पनाम, Mind Fulfill Tree, Kalpabrichhya Tree**

**चिनारी :** यो कल्पवृक्षको महिमा र नामले हरेक मान्छेको मन मस्तिष्क छुन्छ । मनको इच्छा वा संकल्पले चाहेको चीज प्राप्त हुने रहस्यमय यो रूख दुर्लभ मानिन्छ । ५ हजारवर्ष पुराना यस्ता वृक्षहरूमा विशेष शक्ति उत्पन्न हुन्छ । केही सिद्ध रूखमा रातमा आगो उत्पन्न भई प्रकाश दिन्छ । जहाँ सिद्ध प्राणहरूको बासस्थान रहन्छ । कल्पवृक्षमा मनले कल्पने बित्तिकै यथार्थता महसुस भई मनोकामना पूर्ण हुन्छ । यो रूखमा केही बेर बस्नासाथ रोग निको हुन्छ, समस्या र पीडा हराउँछ, मन प्रसन्न र भाव सकारात्मक बन्छ, विचार पवित्र हुन्छ, निरोगिताको महसुस हुन्छ । यस्ता वृक्षको दर्शन गर्नासाथ मन फेरिन्छ र शक्तिपात कृपा फल्छ आशीर्वाद मिल्छ । ध्यानमा बस्ने गतिशील साधक समाधिको परम आनन्दमा डुब्छ । यसपछि प्राणशक्ति सञ्चार भई बुद्धतत्त्वको गतिमा पुग्छ । यसको पात र बोक्राको चूर्ण आधा-एक चम्चा केही दिन खाँदा समस्त रोगमा लाभ मिल्छ । चाट्नासाथ जिब्राले तृप्ति गराउँछ र विनाअन्न-पानी रहन सकिन्छ । बूढो-पुरानो ज्ञानीजनको सङ्गतझैं मनोइच्छा, परिपूर्ण सास-बास र आशाले ब्रह्मानन्द परम अनुभूति हुन्छ ।

**७३२. कनिके घाँस, चलकझार, कनकपुष्पी, Gold Flower Herb, *Hypericum japonicum*** (Family : Hypericaceae)

**चिनारी :** यो ३५०० मिटरसम्ममा सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, फूल सुनौलो, फल अण्डाकार बालामा बीजहरू कनिकाझैं लाग्छन् र तेलीय बीज पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै

भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, पीडानाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, यकृतपुष्टिकर, सप्तधातुरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, वातहर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, पेट दुख्ने, पोल्ने, आउँ-अतिसार, गुल्म, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सो अर्बुद जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### ७३३. कर्कलो हृदयाकार, कर्कली भालाकारपत्ते, टानिया, कोकोयम, Purpule Stem Taro, Arrowhead Elephant Ear Plant, *Xanthosoma sagittifolium* (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो प्रायः वैशाखदेखि मंसिरसम्म चिस्यानमा हुन्छ । ३-७ फिट अग्लो, डाँठ कलेजी वर्णको, पात हृदयाकार, कन्द धेरै हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो, चिप्लो, केही खिन्याउँछ र पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ददारेको, रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दादुरा उस्रेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्, वायुगोला, उदररोग, आउँ-पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, अतिरजस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेको लेपले विष/उपविष भएका कीट-जनावरले टोकेकोमा लाभ गर्छ । **मात्रा** : साग/तरकारी ३०-१०० ग्राम, कन्द लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ७३४. कर्कलो कालो वनेलु, कृष्णस्थूलकन्द, अरबी वनकन्द, Cocoyam Plant, *Colocasia antiquorum* (Family : Araceae)

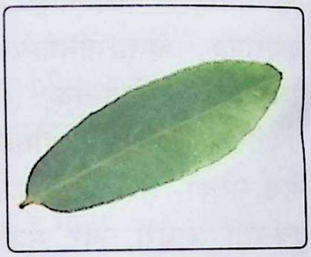
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, हात्तीकानझैं र हृदयाकार पात, एउटा काण्ड, बोक्रा र कन्द विभिन्न आकारप्रकारका राता हुन्छन् । यो चैत-वैशाखमा पलाउँछ र मंसिरमा डाँठ-पात सुक्छ, खाली गाना रहन्छ । यसको स्वाद काच्चोमा कोक्याउने-पकाएपछि चिप्लो, मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो, डाँठ र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, लौहयुक्त हृदयहितकारी, बृक्कपुष्टिकर, ज्वरनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कब्ज, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, लौहतत्वको कमी, मिर्गौला/मुटु सुक्खाराम, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, लौहतत्त्वको कमी, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । घाउ-खटिरा/सुन्निएको अङ्गमा लगाउने गर्दा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, चिरेर सुकाएको कर्कलो डाँठ ३०-५० ग्राम, गानो चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**७३५. कपूरवृक्ष, देवला, Karpur Laurel Tree, *Cinnamomum camphora*** (Family : Lauraceae)

Kapoor
Rs-20

**चिनारी** : यो उष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो, पात चेप्टो बास्नादार, सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो परपराउने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, गन्ध र बास्ना छुट्याउन नसक्ने-घ्राणशक्ति कमजोर, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड,अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, घाउ- खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मोटोपन, शिथिलफोक्सो, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, आमवात, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७३६. कन्तुरुयन, कुण्डली, Needle Bush, Kantunagur Tree, *Azima tetracantha*** (Family : Salvadoraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, तिखो लामो काँडा भएको काण्ड, चोप गाईको मूत्रसमान गन्ध, हाँगाहरू लहरिन्छन्, फूल हरियो-पहेँलो सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

**७३७. कस्तुरी हिमकमल, योगीबुटी, जोगीपादशाह, घुघ्छु, फेनहिमालयकमल, पङ्सकुरु, डोगरी, Purple Saussurea Plant, *Saussurea densa*** (Family : Asteraceae)

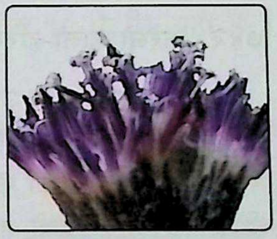
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० से.मि. अग्लो, भुवादार रौंले बेरिएको, पात लाम्चो, ठूलो थुँगाा फूल बैजनी वा नीलो वा निलो, तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो ताजामा अति सुगन्धदायक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो केही तितो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौलालाई शक्तिदायक, मूत्रल र शुक्रजनक, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तविकारहर, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त,

मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाका रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने आन्द्राको घाउ, पित्तजअर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आइ.भी./एड्स, हाडरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/रस/लेदो १०-२० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७३८. कस्तुरी हिमकमल गेरुवा, योगीबुटी, जोगीपादशाह, घुघ्छु, फेनहिमालयकमल, पङ्सकुरु, डोगरी, High Alpine Snow Lotus Plant, *Saussurea simpsoniana*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० से.मि.अग्लो, भुवादार रौंले बेरिएको, पात लाम्चो चेप्टो, असार-साउनमा फूल गेरुवा, तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो ताजामा अति सुगन्धदायक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो केही तितो र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौलालाई शक्तिदायक, मूत्रल, शुक्रजनक, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तविकारहर, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाका रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने आन्द्राको घाउ, पित्तजअर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आइ.भी./एड्स, हाडरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/रस/लेदो १०-२० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७३९. कस्तुरी हिमकमल, घुघ्छु, फेनकमल, पङ्सकुरु, Alpine-Snow Lotus Plant, *Saussurea alpina*** (Family : Asteraceae)

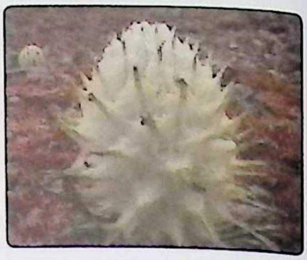


**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ भुसिलो हल्का रातो, पात लाम्चो भालाकार, असार-साउनमा फूल नीलो फुल्ने, तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो ताजामा अति सुगन्धदायक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो केही तितो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, बृक्कशक्तिदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तशोधक, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाका रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने आन्द्राको घाउ, पित्तजअर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आई.भी./एड्स, हाडरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/रस/लेदो १०-२० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**७४०. कस्तुरी कमल, घुघ्छु, फेनकमल, पङ्सकुरु, बाँकीफूल, Kasturi Kamal Plant, *Saussurea gossypiphora*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो ४०००-५६०० मिटरको शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो एक फिट अग्लो, पात

लाम्चो १०-१५ से.मि. भुँइबाट निक्लेका-कपासजस्तै गुचुक्क गोलाकार जालो भएर जमिनमा बस्छ, जरा सेता हुन्छन्। यो ताजामा अति सुगन्धदायक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौलालाई शक्तिदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तविकारहर, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाका रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ, पित्तजअर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, बेहोसी, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आई.भी./एड्स, हाडरोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो बुटी तन्त्रशास्त्रमा एक विशेष उपयोगी गनिन्छ। **मात्रा :** काँढापानी १ माना, स्वरस/रस/लेदो १०-२० ग्राम, स्वरस सुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक।



### ७४१. कल्छे, खटिराहर, Kalchhe Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, काष्ठसार सेतो, फूल सेतो-केशर रातो, काला फलभित्र तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, अर्बुद, जोर्नीवाथ, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता पैताला चिरिने फुटने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम बीज ३-५ ग्राम, वटी २ वटा ३-५ पटक।

### ७४२. करेलो कालो-हरियो, कक:चा, कृष्णकारवल्ली, काली तितेकरेली, Kali Kareli, Bitter Vegetable Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो लता मसिना गाढा हरियो डाँठको लहरो भ्याङ लाग्छ, असमान दन्तुर पात छिया परेको पन्जासमान, फूल सुनौलो, फल गाढा हरियो डल्लो दुवैतिर चुच्चो नरम काँडाले भरिएको फलभित्र गुदी र तेलीय चेप्टो बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रुचिवृद्धिकर, पाचक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा उपयोगी, रोगप्रतिरोधात्मक, सर्वज्वरहर, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, कृमिमारक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपन, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, ज्वर, लुत्तो, दाद, कुष्ठ, फियोको रोग, शूल, पेटका रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, अत्यधिक पित्तवृद्धि, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालाका रोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले भोक जगाउँछ, रगत शुद्ध गराउँछ, कलेजोलाई शक्ति दिन्छ, पित्त काट्छ, कुनै रोग आउनै दिन्न। **मात्रा :** चूर्ण ५-१० ग्राम, रस/लेदो १ मुख पिउने, १ करेला उसिनेको वा हल्का पोलेको, ५-१० ग्राम चटनी, १ माना काँढापानी, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., तरकारी एक-आधा कचौरा, करेला सुकौटी १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### ७४३. कचौरी पात, बटुको, कटोरी, Cup Plant, Pilot Plant, *Silphium perfoliatum* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसलाई लोपोन्मुख बिरुवा

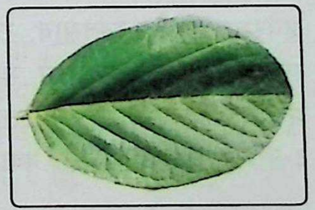
भनिन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो-चेप्टो, फूल र फल सुईमुखीझैं तेलीय बीजहरू, जरा ओखती हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो-हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भनिरोधक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग, मधुमेह, प्रदर, फियोशोथ, पित्त-कफदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ७४४. करौँदा, करकी, करमर्ध, **Karaundaa Plant,** ***Carissa carandas*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदावहार ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो कुनै लाम्चो, सेतो फूल, अण्डाकार गोलो बाहिर रातो वर्णको फलभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, मलमूत्रनिस्सारक, रक्तपित्तनाशक, मेदहर, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक मानिन्छ।

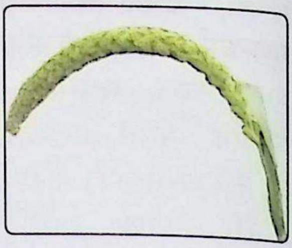
**औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, सूजाक, चर्मरोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, प्रमेह, प्रदर, गानोगोला, सुकेनाश आन्द्रा, कब्जियत, हर्षा, पत्थरी, पेट पोल्ने, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, अचार/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ७४५. करम सेतो सानो, श्वेतहल्दु, हर्दा, सफेदकर्मी, नानकर्म, **Kratom Tree,** ***Mitragyna javanica*** (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ४०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो हरियो, काष्ठसार सेतो, फल गोलाकार तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, हैजा, अर्बुद, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, अर्श, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, पत्थरी, आउँ-पखाला, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक।

**७४६. कनिके काउनो चिना, काककङ्गु, कंगनी, Foxtail millet Plant, *Setaria italica* (Family : Poaceae)**

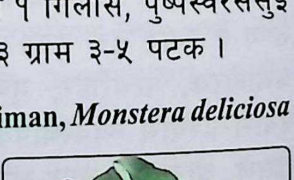


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको पराल पशूले खुब मन पराउँछन्, कागज बन्ने हुनाले उद्यमीहरू खुब खुसी हुन्छन् । यो स्वास्थ्योपयोगी र सर्वोत्तम उपबासीहरूको फलाहार भोजनमा गनिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भालाकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, बालामा धान फल्छन् । सुनौलो घाँसभित्र सेतो चामल हुन्छ । दाना भात बढ्ने, पराल पर्ने, घाँसे राजाझारले सहज पोषण दिने भनिन्छ । काँचो चामल भातमा माड बाक्लो, भात आडिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्णपेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने,अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा १३% प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट ६९%, रेसा २%, क्षार ३% र १२% आर्द्रता रहन्छ । **मात्रा** : दूध वा दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानीपानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा, नलरस १ गिलास, चामलमा दही र सक्खर घोल १०० मि.लि., टुँडो अथवा टुँणो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**७४७. कल्की ठूलो रातो, काँढापानीपुष्प, Red Tipped Bottlebrush, Tea Flower Tree, *Melaleuca polandii* (Family : Myrtaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा, २०-५० फिट अग्लो, पात धारिलो चुच्चो, फूल रगतसमान राता सुइरे फुल्ने, फलहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प र पात । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय कमजोरी, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । छालालाई मुलायम बनाउँछ र सुन्दरता दिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**७४८. कनचिर्नो लहरो, रिकबचलता, Fruit Salad Creeper, Small Cheese Plant, Ceriman, *Monstera deliciosa* (Family : Araceae)**



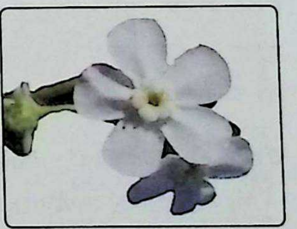
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-१०० फिट लामो लहरो, संयुक्त पात हृदयकार फरकिलो किनारा छिन्नभिन्न, फूल पिपिरीमा फुल्छ, फल घोगाभित्र नौनीसमान गुदी र बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र

स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, वातहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, दन्तरक्षक, मेदहर, कृमिमारक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, दम, खोकी, पिनास, फोक्सोशोथ, टन्सिल, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कामला, दन्तरोग, गलगाँड, क्षय, जलोदर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, अपच, हैजा, आउँ पखाला, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा, गिर्खा, रक्तस्राव, उदरकृमि, गला-घाँटीको समस्या, मुखको दुर्गन्ध हटाउन, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, जरास्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७४९. कण्टकारी रातो फुल्ने, लालकसेठा, लालकौवाडाहा, Kantakari Red Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रौंदार-काँडायुक्तपात मुलायम चुच्चो, फूल नीलो-हल्का सेतो, फुल्ने केशर सुनौलो, गोलाकार फलभित्र चिप्लो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, अतिश्रमहर, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तदोष, रक्तरोग, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनलीरोग, फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, प्रदर, कमलपित्त, गानोगोला, हैजा, मृगी, घाउ-खटिरा, दुख्ने, केश झर्ने, श्वर घटबढ, मोटोपन, पत्थरी, चर्मरोग, कपालरोग, सुजाक, कृमिरोग, आउँ-पखाला, दन्तशूल, श्वासरोग इत्यादि सन्चो गर्छ । फल पिसेर स्नान गर्दा शरीर चम्किलो र छाला मुलायम पार्छ । **मात्रा :** क्षार २-५ रत्ती, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७५०. कनिके कुरो हिमाली, कणिकान्न, Neemajarma(Am), Himalayan Hooked Stick Seed Plant, *Hackelia uncinata* (Family : Boraginaceae)



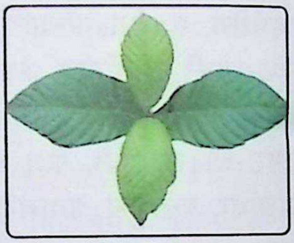
**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीका २७००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, चेप्टा पात चुच्चो, फूल सेतो-नीलो, फल लामो बालामा तेलीय वा पिठोयुक्त बीज हुन्छन् र सुकेपछि काँडाझैँ टाँसिन्छन् कनिकाझैँ कपडामा च्यापच्याप लाग्ने चोपले भरिएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला,

हृदयरोग, कलेजो ज्वर, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, नेत्ररोग, आमवात, रक्तविकार, मधुमेह, स्नायुतन्तु कमजोरी, हाड-कम्मर दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७५१. कस्तुरी सानीसेती, श्वेत कस्तुरी, उत्ताउली, Mind Atractive Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीका ४५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, रोमश-सेतो झुसे भुवादार मुलायम, पहेँलो फुल्ने, भित्र केशर कालो, पात बाटुलो र झुसिलो भएको, जरा मूलाआकार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, रगत विकार, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, टन्सिल, सुन्निएको, दुखेको, जलोदर, आमवात, शरीर सुन्निने, पक्षाघात, श्वास-प्रश्वास समस्या, श्वासनलीको खराबी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी/रस १ मुख, वटी १ वटा ३-५ पटक ।

### ७५२. कइम, कुम्रा, गुलिकदम, Kaim Tree, Mitragyna Plant, *Mitragyna parvifolia* (Family : Rubiaceae)



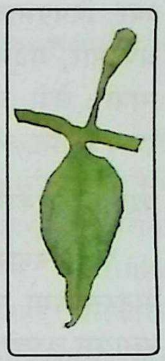
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-६० फिट अग्लो, १५ फिट फैलिन्छ, पात चेप्टो केही लाम्चो, थुङ्गे फूल पहेँलो-हरियो, फलमा तेलीय बीजहरू, चोप निस्कन्छ, । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-हल्का तितो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक, अर्शोघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीरोग, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, दम, खोकी, दर्द, जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, क्षयरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, प्रमेह, बबासिर, ज्वर, पिनास, गलगाँड, अण्डवृद्धि, हाड टेढिने, युरिकएसिड, गर्भाशय सुन्निएको वा खसेको, गुदाभ्रंशरोग, दन्तरोगहर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७५३. कल्की रातो, काँढापानीपुष्प, Gold Tipped Bottlebrush, Tea Flower, *Melaleuca polandii* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, १०-२० फिट अग्लो, पात धारिलो चुच्चो, फूल रगतसमान राता सुइरे फुल्ने, फलहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प र पात । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, निद्राजनक, वातहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक,

व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय कमजोरी, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । छालालाई मुलायम र सुन्दरता दिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ७५४. कनिके कुरो ठूलोपाते, कणिकान्न, Neemajarma(Am), Himalayan Hooked Stick Seed, *Hackelia uncinata* (Family : Boraginaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, गाईजिब्रोसमान लाम्चो पात चुच्चो, फूल सेतो-नीलो, फल लामो बालामा तेलीय वा पिठोयुक्त बीज हुन्छन् र सुकेपछि काँडाभैँ टाँसिन्छन् कनिकाभैँ कपडामा च्यापच्याप लाग्ने चोपले भरिएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र टर्रो-मिठो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वास समस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, हृदयरोग, कलेजो ज्वर, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, नेत्ररोग, आमवात, रक्तविकार, मधुमेह, स्नायुतन्तु कमजोरी, हाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७५५. कबै अग्ली काली, बृहत्मकोय, ठूली कालीमकोय, Parki Kakmachi, Black Big Makoya Plant

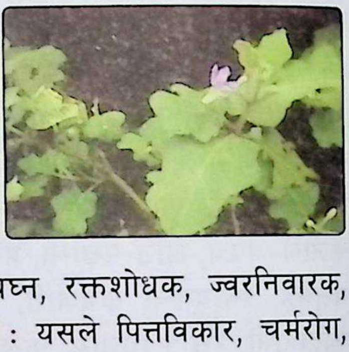
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५-१० फिट अग्लो भाडी, पात चेप्टो, फूल नीलो, पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीयबीज च्याप्टा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद काँच्चो फल अमिलो र पाकेपछि फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, वातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, अर्शोघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगति, गाँठा-गिर्खा, प्राचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला,

तनाव, पत्थरी, आउँ, पखाला, हैजा, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, दाद, दुबी, दादुरा कब्जियत इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : साग ३०-१०० ग्राम, फल स्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक।

### ७५६. कमल रोमशी कालो, कृष्णपद्मिनी, Lotus Black Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात चारैतिर फैलिएका छिन्नभिन्न दन्तुर, डाँठ कालो, फूल नीलो फुल्ने, तेलीय बीजहरू, कालो गानो पानीमा तैरिन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सप्तधातुरक्षक, बृक्कपुष्टिकर, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, अर्शोघ्न, स्मृतिदायक, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुखपाक, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोका बिबिरा, कमलपित्त, अम्लपित्त, ज्वर, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तस्राव, रक्तरोग, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तविकार, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, मूत्राघात, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो षड्रसले परिपूर्ण हुन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ७५७. कण्टकारी नीलो, नीलकण्टकारी लता, झ्याउरे बेगन, Nil Kantakari Vine, Leaf Neddle Kantakari Vine



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २-५ फिट लामो लहरिने, रौँदार-काँडायुक्त पात मुलायम चुच्चो, फूल निलो-हल्का सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, गोलाकार फलभित्र चिप्लो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, अतिश्रमहर, सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनलीरोग, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, कफग्रस्त खोकी, पेटडम्म-ढुस्स हुने, फोक्से मासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, कमलपित्त, हैजा, अजीर्ण, अरुचि, मृगी, घाउ-खटिरा, दुख्ने, दम, केश झर्ने, श्वर घटबढ, गानोगोला, यौनरोग इत्यादि सन्चो गर्छ। यसको फल पिसेर स्नान गर्दा शरीर सफा र छाला मुलायम पार्छ। बीज तेलले दाँत दर्दमा तत्काल लाभ पुऱ्याउँछ। यसको पञ्चाङ्ग भस्म र क्षारले मोटोपन र पत्थरीमा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ७५८. कनिके कुरो ठूलो, निमाजर्मा ठूलो, चिपककुरो, Hound's BigTongue Plant, *Cynoglossum zeylanicum*

(Family : Boraginaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, रौँदार, पात लाम्चो चुच्चो, बालामा फूल नीलो फुल्ने, चेप्टा मसिना टाँसिने तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर,

पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमहर, सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनलीरोग, फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, कफग्रस्त खोकी, पेट डम्म-ढुस्स भइरहने, फोक्से मासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, कमलपित्त, गानोगोला, हैजा, अजीर्ण, अरुचि, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

**७५९. कनिके-निमजरमी, काँडेकुरो, अन्धौली, भेडेकुरो, Prickly Hounds Tongue, *Cynoglossum wallichii*** (Family : Boraginaceae)

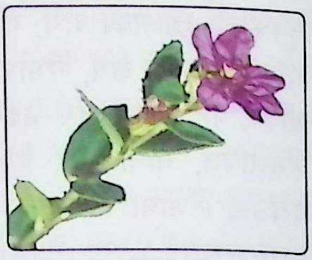
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १५००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, सेतो वर्णको रौँदार, पात चेप्टो, फूल नीलो फुल्ने, मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमहर, बलकारक सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनलीरोग, फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, कफग्रस्त खोकी, पेट डम्म-ढुस्स भइरहने, फोक्से मासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, कमलपित्त, गानोगोला, हैजा, अजीर्ण, अरुचि, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

**७६०. कमल रौँदार सुनौलो, रोमश स्वर्णकमल, Golden Hairy Lotus, Mao Gen Zhuang Jin Lian Hua, *Trollius ranunculoides*** (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका २९००-४१०० मिटरमा पाइन्छ। यो जलीय क्षेत्रमा धेरै भेटिन्छ। यो २०-४० से.मि. अग्लो, त्रिशूलाकार पात चारैतिर फैलिएका छिन्न भिन्न दन्तुर, पाँचपत्रक सुनौलो फुल्ने, तेलीय बीजहरू, जरा पानीमा तैरिने हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, अर्शोघ्न, स्मृतिदायक, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोका बिबिरा, कमलपित्त, अम्लपित्त, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, रक्तस्राव, रक्तरोग,

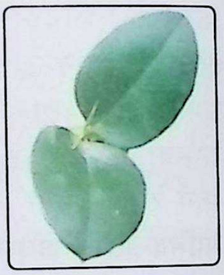
मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, पित्तविकार, मूत्राघात, मासिकअधर्म, सर्पदंश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ७६१. कम्पनफूल, क्युफिया फूल, Cuphea Flower, *Cuphea hyssopifolia* (Family : Lythraceae)



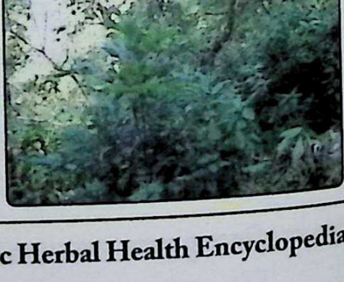
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, रोमश डाँठ र पात, पात चेप्टो, फूल बैजनी फुल्छ, लाम्चो डल्लो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, पुष्टिकर, वातहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गलगाँड, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, मुखपाक, पिनास, टन्सिल, गलग्रन्थिरोग, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ७६२. कर्ता, करौंदा, करोंदा, Natal Palm Plant, *Carissa macrocarpa* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो प्रायः बलौटे माटोमा मिल्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, काण्ड काँडादार, झ्याङ्गिन्छ, पात चेप्टो वा अण्डाकार, सेतो ताराकार पाँचपत्रे फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मदकारक, रसायन, जीवनदायक, पुनर्यौवनस्थापक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ॠतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले असाध्यरोग, अर्बुद, त्रिदोषजविकार, रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम, पक्षाघात, सर्वाङ्वात, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ७६३. कटुस ठूलो, बडा कातुस, Blue Jack Oak, Upland Willow Oak Plant, *Quercus pachyphylla* (Family : Fagaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ३००-१७०० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ४०-६० फिट अग्लो, पात खस्रो-लाम्चो-उल्टोतिर केही सेतो, फूल हरियो-पहेँलो, फल काँडादार बाटुलोभित्र तेलीय बीजहरू वा पिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-हल्का तितो, फल मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, कण्ठशोधक,

पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक, अर्शोघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, जलोदर, क्षय, दम, खोकी, श्वासनलीको शोथ, फोक्सोज्वर, पाठेघर खस्ने-सुन्निने, दर्द, आउँ-पखाला, क्षयरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, हाड टेढिने, युरिकएसिड, गर्भाशय सुन्निएको वा खसेको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धिमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ५-१५ वटा ३-५ पटक ।

### ७६४. कनिकेफूल, **Kanike Plant, Ghee Flower**

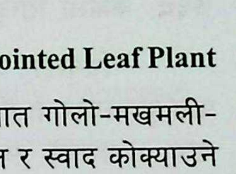
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो चम्किलो, पाकेपछि काला फलभित्र तेलीयबीज कनिकासमान हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, मेदहर, ज्वरनिवारक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, अपस्मार, मृगी, उन्माद-पागलपन, उदरशूल, वाथ-जोर्नी, बिग्रेको घाउ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७६५. कर्कलो रातो छिर्केमिर्के, मखमली कर्कलो, **Makhamali Karkalo, Many Color Pointed Leaf Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात गोलो-मखमली-छिर्केमिर्के, जरामा गाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउने पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, आक्षेपहर, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पित्तपत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानो पिसेर सुन्निएको र मर्केकोमा लगाउँदा सन्चो पार्छ । यसको पात पिसेर चर्मरोगमा लेपन गर्दा छालाको रोग हट्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग/तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७६६. कन्फुटी लता, कपालफोडी, **Balloon Vine, Heartseed Plant, *Cardiospermum halicacabum***

(Family : Sapindaceae)



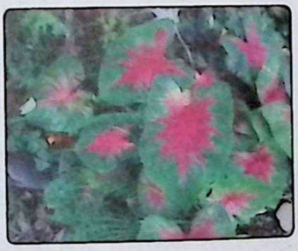
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहराको पात संयुक्त र त्रिशूल आकारको, केशर पहेँलो भएको सेतो फुल्ने, डल्लो फलभित्र मुटु आकारको तेलीय बीज कालो आँखा सेतो, जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो र परपराउने । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, दन्तरक्षक, पीडानाशक, पाचक, शोथघ्न, अतिश्रमहर, बलकारक, अस्थिपोषक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगनाशक, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अपस्मार, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, आमवात, पक्षाघात, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, बीज तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७६७. कर्कलो रातो टिके, टीकाकर्कलो, Tika Karkalo, Red Color Pointed Leaf

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात गोलो रातो टिके, जरामा गानो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउने पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, आक्षेपहर, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानो पिसेर सुन्निएको र मर्केकोमा लगाउँदा सन्चो पार्छ । यसको पात पिसेर चर्मरोगमा लेपन गर्दा छालाको रोग हट्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,साग/तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७६८. कर्कलो सिन्दुरे, सिन्दुरकर्कलो, Sindur Karkalo, Sindur Color Pointed Leaf Plant



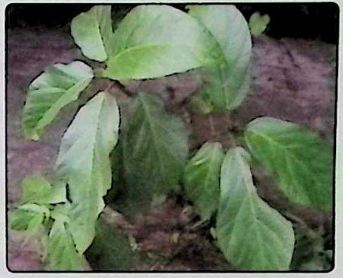
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-५ फिट अग्लो, पात हृदयाकार वा गोलो सिन्दुरी टिके, जरामा गानो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउने पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, आक्षेपहर, उदर शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानो पिसेर सुन्निएको र मर्केकोमा लगाउँदा सन्चो पार्छ। यसको पात पिसेर चर्मरोगमा लेपन गर्दा छालाको रोग हट्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग/तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७६९. कर्कलो कलेजी टीके, कलेजी टीके कर्कलो, Kalegi Tike Karkalo, Pink Color Pointed Leaf Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात गोलो सिन्दुरी टिके, जरामा गानो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउने पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, आक्षेपहर, उदरशुद्धिकर मानिन्छ ।

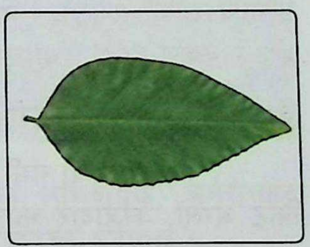
**औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको गानो पिसेर सुन्निएको र मर्केकोमा लगाउँदा सन्चो पार्छ। यसको पात पिसेर चर्मरोगमा लेपन गर्दा छालाको रोग हट्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग/तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ७७०. कठगुलरिया, गोबला, काकोदुम्बरिका, काठगुलर, Hairy Fig Tree, *Ficus hispida* (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, पात खस्रो एक फिट लामो, गोलाकार फलभित्र धेरै तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, पीडानाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, गर्भपुष्टिकर, सङ्कोचक, तृप्तिकारक, बलवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदर शूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, पेट दुख्ने र पोल्ने, आउँ-अतिसार, गुल्म, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सोअर्बुद, जोर्नीवाथ, गर्भपात, प्रदर, धातुरोग, पक्षाघात, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-४ वटा ३-५ पटक।

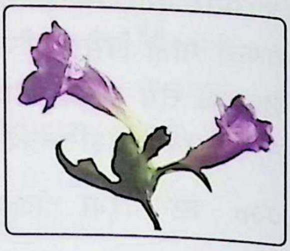
### ७७१. कसौँदी कालो ठूलो, कृष्णकासमर्द, पावार, Black Stinging Plant, *Cassia* sp. (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१५ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो चेप्टो चुच्चो, बालामा कालो ध्वाँसे, फल कोसामा २०-३० काला तेलीयबीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, पीडानाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, गर्भपुष्टिकर, सङ्कोचक, ज्वरनिवारक, सुस्वादु, तृप्तिकारक, विषघ्न, बलवर्द्धक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, पेट दुख्ने-पोल्ने, आउँ-अतिसार, गुल्म, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, अङ्गशोथ, दर्द, चिसो रुघा, दम, खोकी, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सोअर्बुद जोर्नीवाथ, गर्भपात, प्रदर, धातुरोग, पक्षाघात, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र पुष्पस्वरस ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, वटी २-४ वटा ३-५ पटक।

### ७७२. कंग्रैतो फूल, कङ्गाइतो पुष्प, मचाईन, Blue Bells Plant, *Aechmanthera gossypina* (Family : Acanthaceae)

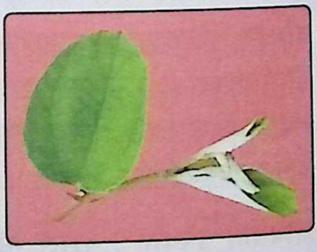


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशतोष्ण जलवायुका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भुवादार चेप्टो चुच्चो, फूल नीलो वा नीलो लामो सोली आकारको, फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, हैजा, आउँ-अतिसार, पत्थरी, मोटोपन, उदररोग, रक्तविकार, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, ज्वर, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ७७३. कनिके मोथे, Mothe Kanike Plant, *Cyperus urges* (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र हरेक जलवायुमा पाइन्छ । यो सदाबहार, आधा-एक फिट अग्लो, पात लामो साँघुरो भालाकार, बालामा सुनौलो फुल्ने, बीजहरू कनिकासमान भुसभित्र र कलेजी रङ्गका जरा बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वभाव उष्ण स्वाद बास्ना आउने, तितो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, सुगन्धदायक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदरशूल गानो, अर्श, दम, खोकी, पिनास, पित्तवृद्धि, आउँ-अतिसार, पत्थरी, मोटोपन, गलग्रन्थिरोग, उदररोग, रक्तविकार, रक्तरोग, ज्वर, प्रदर, प्रमेह, ज्वर, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर २-५ थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई १०, काँढापानी/रस १ माना, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७७४. करेल, करील, करेरी, नेप्टी, Barecaper Plant, Caper Shrub, *Capparis aphylla* (Family : Capparaceae)



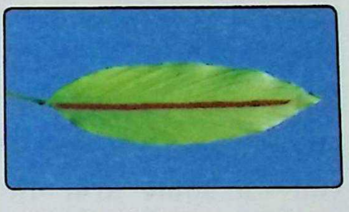
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका अति सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, काँडादार झाडी, पात चेप्टो, फूल रातो/गुलाबी फुल्ने, गोलाकार गुलाबी फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद केही मिठो तितो, टर्रो र पिरो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, शोथघ्न, मूत्रल, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, उदररोगनाशक, मेदहर, स्वेदजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, अपस्मार, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, अङ्गशोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, सङ्ग्रहणी, हैजा, रक्तस्राव, उदरशूल, मूत्ररोग, रक्तचाप, मोटोपन, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई वोधिवृक्षमा गणना गरिन्छ र

सिद्धार्थगौतम बुद्धले यसको बीज खाएर तपस्या गरेका थिए। **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो /भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ७७५. कचुर सेतो, सफेदकचौड, वर्षेसरो, White Zeodary Plant, *Curcuma angustifolia* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लामो फराकिलो चुच्चो परेको, पुष्पदण्ड फूल माथितिर प्याजी सेतो र तल पहेँलो फुल्ने, गानो फुस्रोभित्र सेता सेला, कपूरबास्नाको जरा मटमैलो र केही कोक्याउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र पिरो अनि तीतो-परपराउने। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मर्केको, दर्द, जोर्नीवाथ, कृमि, अर्बुद, चिसो गानोगोला, हैजा, सङ्क्रमणरोग, हाडका रोग, उच्चरक्तचाप, पक्षपात, भद्दापन आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको धूलो पुवा/रोटी/खोलेमा मिसाएर खाँदा गर्भाशय खस्केकोमा लाभ दिन्छ, हाड भाँच्चिएको, नसावात आदिमा फाइदा गर्छ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, जरा १-२ टुक्रा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा २-३ पटक।

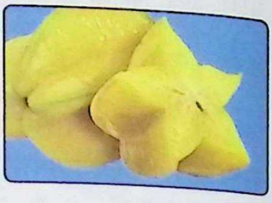
### ७७६. कचुर कालो-रातो, Zedoary Black Turmeric Plant, *Curcuma caesia* (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पातको बीचभागमा कालोपन वा रातोपन लिएको लामो फराकिलो चुच्चो परेको, पुष्पदण्डमा नीलो फूल, गानो कालो सेला, कपूर बास्नाको जरा केही कोक्याउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो र परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मर्केको, दर्द, जोर्नीवाथ, कृमि, अर्बुद, चिसो गानोगोला, हैजा, संक्रमणरोग, हाडका रोग, उच्चरक्तचाप, पक्षपात, भद्दापन आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। धूलो पुवा/रोटी/खोलेमा मिसाएर खाँदा गर्भाशय खस्केकोमा लाभ दिन्छ। हाड भाँच्चिएको, नसावात, पक्षाघात, पेटका अङ्कुसे जुका, रक्तक्यान्सर, यौनरोग-भिरङ्गी-फिरङ्गी, गिदीमा बोसो जम्ने, सर्प/पागल कुकुरले डस्ने-टोक्नेमा फाइदा गर्छ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, जरा १-२ टुक्रा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, अत्तर ५-१० थोपा २-३ पटक।

### ७७७. कन्तड गुलियो, कमरख मीठो, मीठा कट्याङ्रा, Sweet Star Fruit Carambuula Plant, *Averrhoa carambola* (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका चेप्टो अर्चलसमान, पुष्पदण्डी रातोमा सेतो प्याजी फुल्ने, अण्डाकार लाम्चो पाटेदार फल, पाकेपछि पहेंलो फलभित्र रसिलो गुदी तारा आकारका तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, पेटका समस्तरोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १०-२० मि.लि.,काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७७८. कर्कलो कालो-हरियो, पिंडालु, अरुई, घुइँया काली, Eddoe Plant, *Colocasia antiquorum* (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कालो काण्ड, पत्रदण्डमा पात ठूलो छतरीकार कालो हरियो, जरामा गानो र सेलाहरू हुन्छन् । स्वभाव ठन्डा र स्वाद खल्लो, चिप्लो, केही खिहिऱ्याउँछ र पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ-पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेको लेपले विष/उपविष भएका कीट-जनावरले टोकेमा लाभ गर्छ । यसको कन्द कार्बोहाइड्रेड र प्रोटिन आलुभन्दा दोब्बर हुन्छ । क्याल्सियम आग्झेलेटको कारण गलामा कोक्याउँछ र कन्दमा अमाइलेस चिप्लो रस रहन्छ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### ७७९. करु, उवा, Oval Saped Wheat, Karu Plant

**चिनारी** : यो १६००-३५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा खेती गरिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो साँघुरो, फूल हरियो पहेंलो, बालामा लामा जुँगाहरू लाग्छन् र डल्ला बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद चिफ्लो र मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, आन्द्राका ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, उदरशुद्धिकर, आन्द्राशोधक, छिटो पच्ने पाचक, कब्जनाशक, बलकारक, अर्शमा

लाभकारी, मुटुलाई उपयोगी, कमजोरीलाई शक्ति दाता, सुकेको आन्द्रामा हितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, घाउ-खटिरा, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा लाभ गर्छ । **मात्रा** : च्याँख्ला भात १ थाली, रोटी १-२ वटा, लेदो/खोले १ माना, ढिँडो १-२ पन्यु, सातु/भुटेको खट्टे ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७८०. कफी ठूलो, **Coffee Big Plant,** ***Coffea canephora*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीका ८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ र छाता आकारको हुन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो चेप्टो लाम्चो, फूल सेतो, अण्डाकार पाकेपछि रातो फलभित्र एक तेलीय बीज खैरो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फल र बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, हृदयोत्तेजक, मूत्रनिस्सारक, ज्वरनाशक, दन्तरक्षक, पीडानाशक, पाचक, शोथघ्न, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, गाँठा, गिर्खा, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, शीतज्वर, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, जोर्नीवाथ, आमवात, छालारोग, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ७८१. कफी नेपाली, **Nepali Coffee Plant,** ***Coffea robusta*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। कफी १८-२४ डि.से. मा राम्रो खेती हुन्छ र ६०-७० वर्षसम्म बोटले आम्दानी दिइरहन्छ। यो १०-१५ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो चेप्टो लाम्चो, फूल सेतो, गोलो पाकेपछि रातो फलभित्र एक तेलीय बीज खैरो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फल र बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, हृदयोत्तेजक, मूत्रनिस्सारक, ज्वरनाशक, दन्तरक्षक, पीडानाशक, पाचक, शोथघ्न, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तरोगहर, कफजअर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, कफजअर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, दाद, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, शीतज्वर, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, जोर्नीवाथ, आमवात, छालाका रोग, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । कफी रक्तको साथ मिलेर हृदयगतिको (Cystol) प्रभाव बढेर (Diastol) घटाउँछ । तसर्थ रक्तको दबाब वृद्धि भई रक्तसञ्चालन क्रियालाई सन्तुलनमा राख्छ । सूर्यावर्त (Hermicarania) र अर्धकपालको पीडामा दर्दमा (Migraine) कफीले लाभ पुऱ्याउँछ । शरीर सुन्निएको, पेटमा वायु भरिएको, अतिश्रमको कारणबाट थकाइ लागेको, चिसो भएकोमा कफीको काँढा बनाएर खाँदा गुणकारी र मांसपेशीय नस-नाडीहरूको शिथिलतालाई मेटाउँछ । दिमागमा शक्ति प्रदान गर्ने अफिमको धर्मविपरीत मानसिक शान्ति दिन्छ । **मात्रा** : धूलो/लेदो १-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीज तेल १० मि.लि.,रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

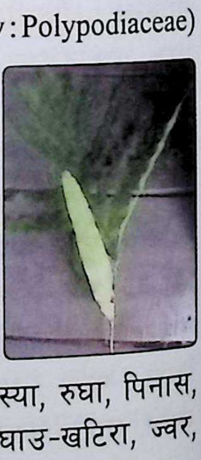
### ७८२. कन्जिरा धान, Kanjira Dhan, Kanjira Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यपहाडी क्षेत्रमा हुने प्रख्यात धान अचेल हराउँदै गएको छ । यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार, सेतो हरियो फुल्ने, बालामा बीज धानभित्र सेतो चामल हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । घाम गडेको निकाल्छ, पित्तनाश गराउँछ, मलमूत्र शुद्ध गर्छ, हाडको गर्मी निकाल्छ, । काँच्चै चामल खाँदा दाँत बलियो, कब्ज खुल्ने र पेट पोल्नेमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही चामल भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी खोले १ माना ३-५ पटक ।

### ७८३. कस्तुरी धान, Kasturi Rice

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धान नेपालको पुरानो अन्न बाली हो । यो धानको गाउँभरि नै बास्ना चल्छ । कस्तुरीबीणाझैँ सुगन्ध दिने यो धान नेपालका धेरै जिल्लामा लगाइन्छ । यो पहाडी क्षेत्रमा हुने प्रख्यात बास्नादार धान अचेल हराउँदै गएको छ । यो असारमा रोपिन्छ र मंसिरमा पाक्छ । यो २-३ फिट अग्लो, सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका पात, सेतो हरियो फुल्ने, बालामा बीज धानभित्र सेतो चामल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । घाम गडेको निकाल्छ, पित्तनाश गराउँछ, मलमूत्र शुद्ध गर्छ, हाडको गर्मी निकाल्छ, । काँच्चै चामल खाँदा दाँत बलियो, कब्ज खुल्ने र पेट पोल्नेमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : दही भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक ।

### ७८४. कम्मरु, महापङ्खराज, बेजङ रेरल (अम्ची), Basket Fern, *Drynaria propinqua* (Family : Polypodiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको ८००-३८०० मिटरमा पाइन्छ । यो पुराना वृक्षमा वा पत्थर-चट्टानमा उम्रन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो वा लामो, संयुक्त दुवैतिर गएका त्रिशूलाकार पात, जरा भुसिलो १-२ फिट लाम्चा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र मुना । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक वेदनानाशक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर,

रक्तरोग, गलाघाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मोटोपन-कोलेस्टोरल, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, मधुमेह, अम्लपित्त, उदरकृमि, झाडा-पखाला, अमलपित्त, अर्श, पेट दुख्ने-पोल्ने, विषादि असर, ज्वर, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, डाँठ स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

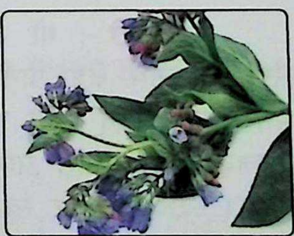
### ७८५. कतै च्याउ, कोई च्याउ, मदकारक जादुसब्जी, Ayahuasca Mushroom

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो विभिन्न रङको हुन्छ । यो ३-७ अङ्गुल अग्लो, सुरुमा गुचुमुच्च र पछि फुकेको हुन्छ । यसलाई १-३ हप्तामा सङ्कलन गरिसक्नुपर्छ । यसको स्वाद मिठो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, पीडाहर, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, कुपोषण, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, रक्तरोग, मासिकअधर्म, पेटको रोग, पित्तज्वर, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७८६. कर्कलो झार, कर्कली, Karkali Herb, Karkalo Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो चिस्यान भिरालो रातो माटोमा मिल्दछ। यो आधा फिट अग्लो, पात गोलो, एक डाँठ-एक पात, जरामा गानो सानु सेतो, च्यालयुक्त हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, शीतल, मूत्रल, दर्दहर, मेद-मज्जाकारक, हाडको रोगमा लाभदायक, उदर शुद्धिकर, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्शहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्रकष्ट, दुब्लाउँदै जाने, सुक्खा शरीर, हाडरोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : सब्जी-तरकारी एक/एक कटौरी, उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

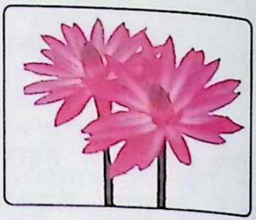
### ७८७. कलेली, कम्फ्रे, दमको, Comfrey Plant, *Symphytum officinale* (Family : Boraginaceae)



**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो सेतो वर्णको जहाँ लगाए पनि उम्रन्छ र छिटो गाँजिएर फैलिन्छ । यसको पात जमिनबाटै माथि उठ्ने जिब्रो आकारको लाम्चो, केही झुस भएको चिप्लो-मीठो हुन्छ । यसको सानो मूल डाँठ २-३ फिट अग्लो साउनतिर सेतो फुल्छ । स्वाद मिठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, कब्जहर, सुक्खा फोक्सोमा लाभदायक, रक्तशोधक, आन्द्रा शुद्धिकर, नेत्रज्योति प्रदायक, रक्तविकारहर, पित्तनाशक, हृदयहितकारी, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अर्शोघ्न, व्रणरोपक, शान्तिकारक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा दम-खोकी, हृदयरोग, रगतको कमी, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, कब्ज, अर्श, गोटापर्ने, शौचालयमा धेरैबेर बस्नुपर्ने, पाचनप्रणाली कमजोर, सुकेनाश,

आँखारोग, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

**७८८. कमल रातो, रक्तकमल, लालकट्कुइँया, पंकज, Red Lotus Plant, *Nymphaea rubra*** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो पानी भएको जलाशयमा सर्वत्र पाइन्छ। यो पानीमा नै हराउने वा मिलेर बस्ने हुन्छ। जलाशयमा एकदाना रोपेमा वर्षदिनमै धेरै फैलिन्छ। यो रातो गोलाकार पात किनारमा मसिना दाँती, रातो फुल्ने, अति मनमोहक फूल कमल सूर्योदयसँगै अति सुगन्धदायक हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौलालाई शक्तिदायक, मूत्रल र शुक्रजनक, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तविकारहर, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाका रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने, पित्तजअर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आई.भी./एड्स, हाडको रोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/रस/लेदो १०-२० ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

**७८९. कमलझार अति सानो, पुण्डरिक, Lotus Small Herb, *Nelumbo* sp.** (Family : Nelumbonaceae)

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र पाइन्छ। यो सेतो फुल्ने कमलझार भुइँमा लत्रन्छ, पात सेतो स-साना झुसले भरिएका हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही तितो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, समस्त रक्तविकार, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, मृदुरेचक, विषघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, रक्तदोष, विस्मृति, अपच, अजीर्ण, तनाव, मुख-जिब्रोका खटिरा, मधुमेह, प्रदर, आँखारोग, पेट पोल्ने-पित्तवृद्धि, ज्वर, शिरोरोग, कलेजो विकृत मृगी-अपस्मार, गर्मीको छटपटी, पागलपन, रक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, १ माना काँढापानी, १० ग्राम अर्क, रस ५-१० ग्राम, तरकारी-साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**७९०. कसेरु पहेँलोसानो, पीतकसूं, पीतसूक्ष्मगुरकन्द, Water Yellow Chestnut Plant, *Scirpus kysoor*** (Family : Cyperaceae)

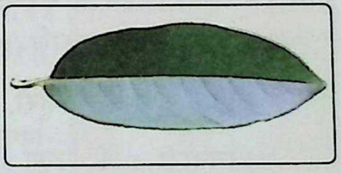
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा मिल्छ। धेरै मानिस सानो मोथे भनेर झुक्किन्छन्। यो १-२ फिट अग्लो, सानो डाँठ, चुच्चे भालाकार पात ४-६ अङ्गुलको, पुष्पमञ्जरी लामो सेतो फुल्ने, फुस्रो/कालो/खैरो बोक्रोभित्र पहेँलो कन्द हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतवीर्य। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बुद्धिवर्द्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तविकारनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ। यसमा कार्बोहाइड्रेड ६३ प्रतिशत, प्रोटिन ७ प्रतिशत, रेसा ६ प्रतिशत र क्षार २.५ प्रतिशत मिल्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको

अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, ऋतुअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

७९१. **कपास कालो, कालाञ्जली, कपच्छी, बिनौला, Cotton Black Plant, *Gossypium* sp.** (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यसको गानो कालो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र चिप्लो, स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, गर्भस्थापक मूत्रल, वीर्यदोषहर, पीडानाशक, बलवर्द्धक, उदररोगनाशक, अस्थिपोषक, शोथघ्न, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको गानाले लडेको/ठोक्किएको, जोर्नी दुख्ने, हाड खिइने-घोटिनेमा अर्थात् सन्धिबन्धन खुकुलो भएमा, धातुरोग र कमजोर भएमा अति छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । यो पुष्टिकर र बल बढाउने कन्दमूल हो । यसले अस्थिक्षय, मेदमज्जा घट्दै गएको, पुरानो खटिरा, मूत्ररोग, मासिकअधर्म, प्रदर, शारीरिक कमजोरी, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, रक्तपित्त, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गेडाले आमदोष, कृमी, पेटका रोग, उदरशूल, गानो, अर्श, कब्ज आदिमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** :१ चम्चा ३-५ पटक धूलो र गेडा ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस/लेदो/तेल १०-३० मि.लि. ३-५ पटक ।

७९२. **कफकाउलो, घिउ काउलो, काहु, कफवृक्ष, Ghee Couph Plant, Persea Tree, *Persea* sp.** (Family : Lauraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो रूख, पात लाम्चो गाढा हरियो, काण्डको भित्रीभाग सेतो धेरै चिप्लो हुन्छ । यसको गेडा केही च्याप्टा दाना तेलीय हुन्छन् । यसको स्वाद धेरै मीठो र चिफ्लो अनि स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रेचक, कफकारक, मेद-मज्जाकारक, शीतप्रदायक, स्नेहनकारक, हृदयपोषक, मलमूत्र निष्कासक, पाचक, पित्तनाशक, बलवीर्यदायक, हाडको रोगमा उपयोगी, सप्तधातुरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफको कमी, पित्तरोग, हृदयरोग, कब्ज, अर्श, दुब्लो हुँदै जाने, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यको अभाव, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, रगतको कमी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ, पित्तवृद्धि, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., क्याप्सुल/वटी २-३ वटा, १-२ इन्चको टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

७९३. **कसेरु रातो सानो, लालकसूं, रक्तसूक्ष्मगुरकन्द, Water Red Chestnut Plant, Red Bulrush, *Scirpus kysoor*** (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा भेटिन्छ । धेरै मानिस सानो मोथे भनेर झुक्किन्छन् । यो १-२ फिट अग्लो, भालाकार पात ४-६ अङ्गुलको, पुष्पमञ्जरी लामो लाम्चो फुल्ने, गानो फुस्रो/कालो/खैरो बोक्रोभित्र रातो कन्द हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतवीर्य । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बुद्धिवर्द्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तविकारनाशक,

रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ । यसमा कार्बोहाइड्रेड ६३ प्रतिशत, प्रोटिन ७ प्रतिशत, रेसा ६ प्रतिशत र क्षार २.५ प्रतिशत मिल्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

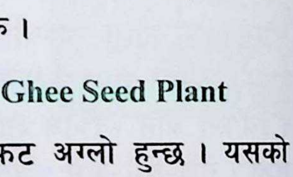
### ७९४. करेला तीतो, तिक्तकरेला, Antibiotic Vegetable Bitter Gourd Plant, *Momordica charantia* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो सर्वत्र हुन्छ । यो हरेक जलवायुका प्रत्येक माटोमा खेती गरिन्छ । यो लता मसिनो डाँठको लहरो भ्याङ लाग्छ, पात फराकिलो किनारा काटिएका ८-१२ भागमा विभक्त, फूल सुनौलो, फल लाम्चो सेतो/हरियो/कालो रङका भित्र च्याप्टा बीज र गुदी हुन्छन् । स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, अर्बुदहर, रुचिवृद्धिकर, पाचक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा उपयोगी, रोगप्रतिरोधात्मक, सर्वज्वरहर, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, कृमिमारक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपन, कलेजोरोग, ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, अत्यधिक पित्तवृद्धि, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, रक्तविकार, छालारोग, अर्बुद, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले भोक जगाउँछ, रगत शुद्ध गराउँछ, कलेजोलाई शक्ति दिन्छ, पित्त काट्छ, नयाँ रोग आउनै दिन्न । **मात्रा :** १ टुक्रा चुस्ने, ५-१० ग्राम रस/लेदो पिउने, १ करेला उसिनेको वा हल्का पोलेको, १०-५ ग्राम चटनी, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., तरकारी १०-३० ग्राम, करेला सुकौटी १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ७९५. कपासे कुरो, कप्सेकुरो, औलो कुरो, घृतबीजा, Cottoney Chaff flower, Ghee Seed Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो हुन्छ । यसको पात चेप्टो केही सेतो, डाँठको बालामा काँडे-काँडा सेतो भुस, सेतो/पहेँलो फुल्छ, गोलाकार फलभित्र घ्यूरङका तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पुष्टिकर, अस्थिपोषक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, पीडाहर, शोथघ्न, बलकारक, निद्राजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, पक्षाघात, शारीरिक कमजोरी, अनिद्रा, अङ्गदर्द, कुपोषण, दुब्लाउँदै जाने, सन्धि र गर्भाशयशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, टुक्रा चुस्ने, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ७९६. कपासे, कप्से, रजमती, गर्भस्थापिका, Small Cotton Golden Plant



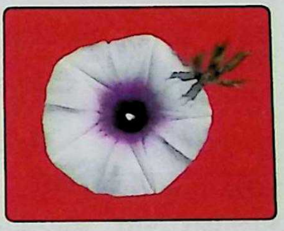
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका सबै माटोमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कपासझैँ गेडा कालो तेलीय बीज, डाँठ २-३ अङ्गुलको मोटाइ भएको २-३ वर्ष पुरानो सानो बोट फल्छ । यसको जरा पन्जाझैँ भुइँमा गडेका हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पुष्टिकर, बलकारक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, तृप्तिदायक, आयुर्वर्द्धक, मृदुरेचक, मूत्रल, पित्तनाशक

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, पित्तज्वर, जलन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, सन्धिशोथ, मूत्ररोग, घोर कब्ज, अम्लपित्त, कमलपित्त, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा, बीज ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**७९७. कसेरु सेतो सानो, सफेदकसूं, श्वेतगुरकन्द, Water White Chestnut Plant, White Bulrush**

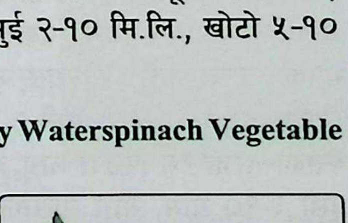
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा मिल्छ। धेरै मानिस सानो मोथे भनेर झुक्किन्छन्। यो १-२ फिट अग्लो, सानो काण्ड र पात ४-६ अङ्गुलको, सेतो पुष्पमञ्जरी लामो, फुस्रो/कालो/खैरो बोक्रोभित्र सेतो कन्द हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतवीर्य। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बुद्धिवर्द्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तविकारनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ। यसमा कार्बोहाइड्रेड ६३ प्रतिशत, प्रोटिन ७ प्रतिशत, रेसा ६ प्रतिशत र क्षार २.५ प्रतिशत मिल्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

**७९८. कर्मी साग कालो, दुग्धगामी, ढोडी, नरसी, Water Convolvulus Plant, *Ipomoea batatas* (Family : Convolvulaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा-सर्वत्र चिस्यान वा जलीय क्षेत्रमा मिल्छ । यो १०-२० फिट लामो फैलिने दुधेलहरो, पात चेप्टो, सेतो लामा गाना हुन्छन्, पात कोट्याउँदा पनि दूध निस्कन्छ, सदा हराभरा हुन्छ । यो साग लोकप्रियतामा गनिन्छ । स्वाद मीठो । स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रस-रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, रक्तविकारहर, तृप्तिकारक, पित्तनाशक, बलकारक, निद्राजनक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, पित्तज-अर्बुदहर, तनावहर, नेत्रशक्तिप्रदायक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, छालाका रोग, अम्लपित्त, पित्तज्वर, कमलपित्त, मुख सुक्ने, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँखारोग, रजःवीर्यदोष, प्रदर, दुब्लो-पातलो हुँदै जाने, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, रगतको कमी, उच्चतनाव, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/धूलो ३-५ ग्राम, रस ५-१० ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम, गानो उसिनेको ३०-१०० ग्राम र काच्चो १०-२० ग्राम ३-५ पटक।

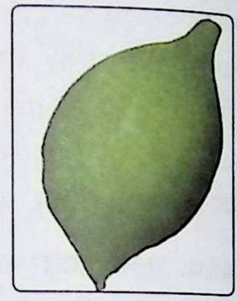
**७९९. कर्मी साग, कलम्बी, केर्मुवा, ढोडीसाग, शतपर्वा, नरसी, Morning Glory Waterspinach Vegetable Plant, *Ipomoea reptans* (Family : Convolvulaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ । यसको ठूलो भ्याङ् लाग्दछ र लहरामा फैलिन्छ । यसको पात गाढा हरियो लामे चुच्चो परेको, सुइरो पुष्पदलमा सेतो थुङ्गा फुल्ने, जरा मूलासमान चेप्टो/लामो/गोलाकार अनेक आकारका हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक,

पुष्टिकर, बलकारक, निद्राजनक, दुग्धवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, वातहर, शीतकारक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, विषघ्न, जीवनीयतत्त्वरक्षक, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रक्तविकार, मधुमेह, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, मासिकअधर्म, प्रदर, स्तनमा दूधको कमी, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो-पातलो भएको, रोगाउँदै गएको, कब्ज, अर्श, उदरशूल, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले स्त्रीस्तनमा दूध बढाउँछ र रगत कम हुने रक्ताल्पता रोगमा रज-वीर्य भरपूर बनाउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा ताजास्वरससुई २-१० मि.लि., १ माना काँढापानी, गानो लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, गानो वटी ३-५ वटा, उसिनेको/बफाएको साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ८००. कटहरचम्पा, कनकचम्पा, पनशचम्पा, मनोरञ्जकवृक्ष, Jack Fruit Evergreen Champa Plant, *Artabotrys odoratissimus* (Family : Annonaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ११-३० फिट अग्लो बिरुवा, फूल सेतोमा सुनौलो रङ पाकेको कटहरसमान अत्यन्त बास्नादार फूलको भित्रकेशर हुन्छ । सुगन्धदायक फूलको अत्तर निकाली धेरै लाभ लिन सकिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, श्वासरोगहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, मूत्रल, पित्तनाशक, दर्दहर, व्रणरोपक, तनावहर, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, एलर्जीकल समस्या, दिमागी रोग, मूत्राशयको विकार, मानसिकरोग, अर्बुद, समस्त रक्तविकार, प्रदर, मासिकअधर्म, धातुरोग, दादुरा, कफवृद्धि, तनाव, सन्धिशोथ, कुष्ठ, दुबी, सुन्निएको इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८०१. कलमी साग सेतो, आँख्ले जरा, नाली, कलम्वी, Nepali Ipomoea Plant, *Ipomoea aquatica* (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कुलो, पोखरी, खाडल, हिलो, चिस्यानहरूमा उम्रने लहरा हो । यसको लाम्चो-भालाकार पात, डाँठ-आँख्लामा सेता मसिना जरा निस्केका हुन्छन् । यसलाई कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ, यसका ४-५ वटासम्म फूलहरू थुङ्गाको केन्द्रमा कलेजी रातो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, विरेचक, पित्तनाशक, विषनाशक, पित्तज्वरनिवारक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : **यसले** रक्ताल्पता, रक्तविकार, मधुमेह, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, मासिकअधर्म, प्रदर, स्तनमा दूधको कमी, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो-पातलो भएको, रोगाउँदै गएको, कब्ज, अर्श, उदरशूल, रजःवीर्यदोष, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको कलिला पात र पलाएका टुसाहरूको साग खाँदा गर्मी र पित्तसम्बन्धी रोगहरू हराउँछन्। पेट सफा राख्ने र दिसा-पिसाब खुल्ने हुन्छ। यसको ताजा रस पिउँदा लागू औषधिको विष हराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० मि.लि., धूलो ३-१० ग्राम, साग उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ८०२. कनिके कुरो सानो, गौमुखा, मुसेकुरो, नीलमबला, Rasesori Seed Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो एक-दुई फिट अग्लो, जरा सेतो, बालामा नीलो फुल्ने, पात लाम्चो गाईको जिब्रोसमान, मसिना कनिकाझैँ दाना (बीज) लाग्दछ । यो बोट छिप्पिएपछि च्यापच्याप चोप लाग्छ । यो चोपिलो भएपछि मात्र तेलीयबीज परिपक्व हुन्छन् तब

सङ्कलन गर्नुपर्छ। यो पारद तथा धातु-उपधातु शोधन-मारणमा प्रयोग गरिन्छ। यसको स्वाद बीज मीठो अन्यभाग तीतो हुन्छ। स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बीज बलवर्द्धक, वातव्याधिनाशक, गर्भाशय शुद्धिकारक, नेत्ररोगमा, लाभदायक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, अर्बुदहर, पीडानाशक, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले एलर्जीकल समस्या, दिमागीरोग, मूत्राशयको विकार, मानसिकरोग, अर्बुद, समस्त रक्तविकार, प्रदर, मासिकअधर्म, धातुरोग, दादुरा, कफवृद्धि, तनाव, सन्धिशोथ, मधुमेह, आँखारोग, छालारोग, क्षयरोग, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, समस्त वात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, मूढगर्भ, प्रमेह, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक।

### ८०३. कमल सेतो, श्वेतपद्म, कट्कुइाया, सफेदकमल, सहस्रपत्र, Lotus White Plant, *Nelumbo nucifera*

(Family : Nelumbonaceae)

**चिनारी** : यो स्थिरजलमा ताल/पोखरीमा सदा/सर्वत्र पाइन्छ। यसको पात गोलाकार किनारामा मसिना दाँती, फूल सेतो, डाँठ र फूल कोट्याउँदा मह निस्कन्छ। यसको फल कमलगट्टा कालो भित्रसेता तेलीयदाना वा पिठोयुक्त हुन्छन्। स्वाद मीठो-मधुर रस। स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, मह, गानो (जरा) र काण्ड सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वीर्यवर्द्धक, मूत्रल, बुद्धिवर्द्धक, गर्भस्थापक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, रसिलो-पोषिलो, रगतवृद्धिदायक, हृदय पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अपस्मार, मृगी, उन्माद, खुनीअर्श, रक्तस्राव, पित्तज्वर, मिर्गौला सुकेको, मिर्गौलापत्थरी, पित्तपत्थरी, स्मृतिनास, शिरमण्डलको स्नायुशुष्कता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, समस्त प्रदर, मासिकअधर्म, कष्टदायक महिनाबारी, अत्यधिक रजस्राव, शीघ्रपतन-धातुरोग, हैजा, पित्तरोग, समस्त नेत्ररोग, बाँझोपन, स्तनमा दूधको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : पद्ममधु १ चम्चा, १-५ वटा कमल गट्टा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र तेल १० तथा क्वाथ १०० मि.लि. टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक।

### ८०४. कटहर भकुण्डे, पनश, Jack Fruits Goal Plant, *Artocarpus heterophyllus* (Family : Moraceae)

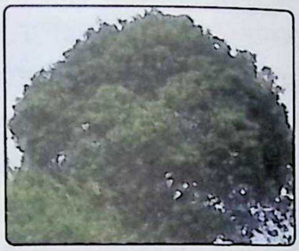
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो विशाल वृक्ष, धेरै हाँगाबिँगा, घ्यूरङको फुल्ने, पात लाम्चो, भकुन्डोसमान काँडादार फलभित्रगुदी र तेलीय सेतो बीज हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्दीपक, तृप्तिकारक, उत्तेजक, रजवीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, मेदमज्जाकारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसको फलले शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, आमवात, कुपोषणको वात, विषप्रभाव, हाडरोग, सन्धिशोथ, दम, खोकी, धातुरोग, पाचनसंस्थानको कमजोरी, दुब्लो-पातलो हुने, सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काच्चो साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, पाकेको फलको गुदी २०-३० ग्राम, बीज ५-१० वटा, चोप १-५ ग्राम, बोक्रा १-२ ग्राम, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप र बीजको वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**८०५. कटहर सदावहार, बाह्रमासे कटहल, सदापनश, All Time Jack Fruits Tree, *Artocarpus heterophyllus*** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो विशालवृक्ष, घ्यू रङको फुल्ने, पात चेप्टो, काँडादार ठूलो फलभित्र गुदी र गेडाभित्र तेलीय सेता बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, चोप, बीज, **गुण-धर्म-कर्म** : यो तृप्तिकारक, रक्त/वीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, मेदमज्जाकारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, विषघ्न, पुरुषार्थवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रुतश्राव, कामाशक्तिको कमी, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, आमवात, कुपोषण, अङ्गवात, विषप्रभाव, हाडरोग, सन्धिशोथ, दम, खोकी, धातुरोग, पाचनसंस्थानको कमजोरी, दुब्लो-पातलो हुने, सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काच्चो साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, पाकेको फलको गुदी २०-३० ग्राम, बीज ५-१० वटा, चोप १-५ ग्राम, बोक्रा १-२ ग्राम, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप र बीजको वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**८०६. कटौज, लेककटुस, Hill Quercus Tree, *Quercus* sp.** (Family : Fagaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो फलाँटसमान रूखको घाँस राम्रो भनिन्छ। यो रातो चिम्ट्याइलो माटोमा हुन्छ। यसको फूल हरियो कटुससमान काँडादार फलभित्र सेतो मीठो दुईदलीय दाना दीपावली-तिहार कार्तिकतिर पाक्छ। काँडा र फलको बोक्रा फालेपछि खानयोग्य अत्यन्तै पुष्टिकर तेलीय वा पिठोयुक्त दाना हुन्छ। स्वाद मीठो र टर्रो, स्वभाव उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको दाना। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर-तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक त्रिदोषशामक, वीर्यजनक, बलवर्द्धक, वातहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको फलले गानोगोला, आउँ-पखाला, जोर्नीवाथ, धातुरोग, दुब्लाउँदै जाने, पेट पोल्ने, मस्तिष्कज्वर, पागलपन, बौलाउने, मासिकधर्म, पागलपन-उन्माद, पित्तज्वर, पित्तरोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, प्रदर, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ, कब्ज, अर्श, गर्भपात, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, हाड-ढाडको रोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। सामान्य **मात्रा** : ३-१० ग्राम र अतिश्रम गर्नेलाई आधा-एक मुठी ३-५ पटक।

**८०७. कपास, सूत्रपुष्प, कार्पास, Cotton Plant, Levant Cotton, *Gossypium herbaceum*** (Family : Malvaceae)

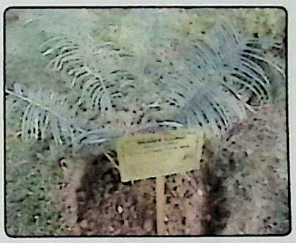
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात त्रिशूलाकार फराकिलो, फलभित्र कपास भित्रबीज (बिनौला) र जरा सेतो हुन्छन्। स्वाद जरा मीठो, स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मरणशक्तिदायक, पुष्टिकर, मूत्रनिस्सारक, पित्तदोषनाशक, मृदुरेचक, कामोद्दीपक, गर्भरक्षक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। यो वस्त्रउत्पादनको कच्चापदार्थ धागोको मुख्य स्रोत हो।

**औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाडरोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्ग सुन्निएको, मूत्रकृच्छ्र, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श इत्यादि सन्चो गर्छ। **मात्रा** : जराचूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ गिलास, जरावटी २-३ वटा, जरास्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ८०८. कटहर लाम्चे, पनश, Jack Fruits Long Tree, *Artocarpus heterophyllus* (Family : Moraceae)

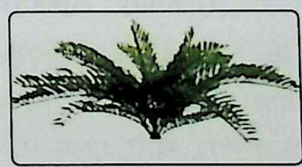
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, घ्यूरङको फुल्ने, पात चेप्टो लाम्चे काँडादार फलभित्र गुदी र तेलीय सेतो बीज हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्दीपक, तृप्तिकारक, वीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, मेदमज्जाकारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको फलले रजवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, आमवात, कुपोषण, विषप्रभाव, हाडरोग, सन्धिशोथ, दम, खोकी, धातुरोग, पाचनसंस्थानको कमजोरी, दुब्लो-पातलो हुने, सुकेनाश, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँचो साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, पाकेको फलको गुदी २०-३० ग्राम, बीज ५-१० वटा, चोप १-५ ग्राम, बोक्रा १-२ ग्राम, पात १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप र बीजको वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८०९. कलबल लेकाली, हिमाली नागफल, Yendang Tree, Cycas Plant, *Cycas pectinata* (Family : Cycadaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३०-५० फिट अग्लो, पात १०-२० फिट लामो र ३-५ फिट चौडाइ भएको चारैतिर फैलिने लाम्चो/थेप्चो घोगा डालीहरूका बीचमा तेलीय बीजहरू काण्डमा कालो-खैरो-ध्वाँसे भुत्लाहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको कच्चा बीज विष हो । गहुँतमा भावना दिएर सुकाएर शुद्ध गरेपछि खान मिल्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, उत्तेजक, रक्त-वीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, मेदमज्जाकारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तश्राव, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्ग सुन्निएको, मूत्रकृच्छ्र, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप ३-५ ग्राम, स्वरससुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८१०. कलबल पहेँलो, पीतनागफल, रानीबल, Queen Sago Plum, Queen Sago Plant, False Sago, *Cycas rumphii* (Family : Cycadaceae)

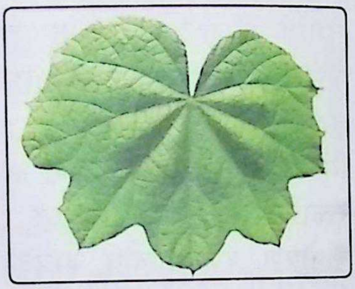


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका चिस्यान-ओसिलो जमिनमा पाइन्छ। ध्वाँसे भुत्लाहरू भएको यो २०-३० फिट अग्लो, पहेँलो फूल, सुनौलो घोगा धेरै तेलीय बीजहरू, मुख्य काण्डको केन्द्रबाट चारैतिर गएका पखेटासमान डालीहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्डको भित्री भाग गुदी, बीज, पात, फूल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, त्रिदोषशामक, वातनाशक, बलकारक-पोषक, पित्तनाशक, कफहर, पीडाहर, श्वासहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, नसारोग, रजःवीर्यदोष, दर्द, सुन्निने, रक्तदोष, प्रदर, सन्धिशोथ, रक्तपित्त, पित्तज्वर, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**८११. कपासबिरुवा ठूलो पहँलो, पीतकपासी, Cotton Yellow Plant, *Gossypium hirsutum* (Family : Malvaceae)**

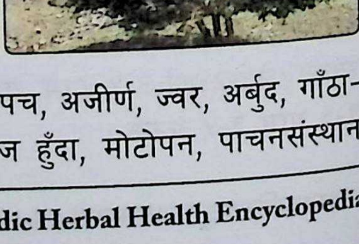
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ५-७ फिट अग्लो, फराकिलो पात, पहेँलो फुल्ने, हाँगाहरूबाट चोप निक्लन्छ, बर्षमा २ पटक माघ र असारमा फल्छ, कपासभित्र कालो तेलीय बीज हुन्छन् । स्वाद मीठो-चिप्लो, स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पोषक, रक्त/वीर्यवर्द्धक, सन्धिबन्धनकारी, मूत्रल, पित्तनाशक, मृदुरेचक, मिर्गौला हितकारी, शोथहर, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, बलकारक, वातहर, पीडाहर, ऋतुधर्मनियामक, गर्भरक्षक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, कब्ज, अर्श, धातुस्राव, रक्तस्राव, मिर्गौला सुक्ने, मूत्ररोग, रक्तविकार, गर्भपात, जोर्नीवाथ, दुब्लो-पातलो, सङ्ग्रहणी, सुकेनाश, रगत र वीर्यदोष, मुटुरोग, विषप्रभाव, मासिकअधर्म, प्रदर, आमवात, ढाड-कम्मरदर्द, हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, चोप १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**८१२. कलमीजरा, कलम्बाजड, कलम्बकाचरी, कपोतपदी, Columba Root Plant, *Jateorhiza palmata* (Family : Menispermaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो गुर्जोसमान लहरो, फराकिलो र गोलाकार पात १०-१५ इन्च लामो र १५-२० इन्च चौडा पाँचकुने, सेतो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज अर्धचन्द्राकार, जरामा गाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तिक्तपोषक, यकृतपुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, ज्वरघ्न, व्रणसुधारक, मेदहर, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पाचक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, ज्वर, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, दुब्लोपन, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अरुचि, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**८१३. करौँदा ठूलो, बृहत्करमर्द, करोना बैँची, Big Karanda, Natal Palm Plant, *Carissa carandas* (Family : Apocynaceae)**



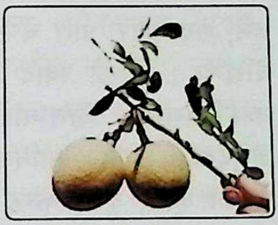
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो, तारा आकारको सेतो फुल्ने, फल रातो अण्डाकारभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो-अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तप्रकोपशामक, पित्तनाशक, रुचिकारक, स्वादिष्ठ, अग्निकारक, लौहशक्तिले परिपूर्ण, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदय-नेत्ररोगमा हितकारी, अर्बुदहर, मधुमेहहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, रक्ताल्पता, रक्तदोष, नेत्ररोग, अपच, अजीर्ण, ज्वर, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, प्रमेह, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, कामला, हृदयरोग-धड्कन तेज हुँदा, मोटोपन, पाचनसंस्थान

कमजोरी, ग्यास्ट्रिक, अर्श, यौनक्षमतामा ह्रास, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८१४. कमल रातो धेरै फैलिने, सहस्ररक्तकमल-हजारमूली, कर्कलो पाते कमल, Lotus Many Root Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, कर्कलो समान पात, कमलो डाँठ जरामा गानो, डाँठमा न्याल पातलो चोप, रातो फुल्ने, फल कमलगट्टाभित्र सेतो पिठो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर, तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक, गर्भपोषक, ऋतुस्राव नियामक, रज:वीर्यजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, मिर्गौला सुक्ने, तनाव, स्मृतिह्रास, प्रदर, पित्तज्वर, पिसाबरोग, धातुरोग, रज:वीर्यविकार, मासिकअधर्म, रक्तरोग, कुपोषण, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, पत्थरी, दुब्लाउने रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १-३ गेडा, लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी ३-५ वटा, कन्द १-२ वटा, क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., मह २-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, फूल १ वटा, ३-५ पटक ।

### ८१५. कपित्थफल, कटबेल, कैथो, दधिस्थ, कवीट, Wood Fruit Tree, Elephant Apple Plant, *Feronia elephantum* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, पात च्याप्टा, सेतो फुल्ने, बेलसमान गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रज:वीर्यवर्द्धक, रुचिकारक, पुष्टिकर, उदररोगमा उपयोगी, विषघ्न, सङ्कोचक, विष-उपविष प्रतिरोधक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, फुफ्फुस बलदायक, हैजा नियन्त्रक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-अतिसार, रक्तस्राव, उदरशूल, धातुपतन, दम, खोकी, आन्द्रा सुन्निने-पाठेघर फुल्ने, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मोटोपन, प्रदर, रज:दोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फूल १/१ वटा, बीज २-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क २० मि.लि., भस्म/चोप/खोटो १-३ ग्राम, पात १ वटा ३-५ पटक ।

### ८१६. कफी पाकमारा, Pakmara Coffee Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, रेखाकार पात चेप्टो केही लाम्चो, गाढा हरियो, बालामा फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि गेडाहरू लाग्छन् र पाक्छन्, गोलाकार दानाभित्र तेलीय बीज हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातहर, पीडानाशक, जलशोषक, अर्शोघ्न, श्वासरोगहर, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, फोक्सोशोथ, जलोदर, जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, हैजा, रुघा-पिनास, दम-खोकी, चिसो लाग्ने, गानो, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८१७. कर्कलो कालो टर्रो, रिकबच काला, Black Astringent Beauty Plant, *Colocasia antiquorum* (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, छाताझैँ पात गोलाकार, एउटा काण्ड, बोक्रा र जरा कालो भित्रीभाग सेतो, स-साना उपजरा हुन्छन्। यो चैत-वैशाखमा पलाउँछ र मंसिरमा डाँठ-पात सुक्छ, खाली पिँडालुमात्र रहन्छ। यसको स्वाद काच्चोमा कोक्याउने-पकाएपछि चिप्लो र टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो, डाँठ र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, लौहयुक्त हृदयहितकारी, बृक्कपुष्टिकर, ज्वरनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कब्ज, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, मिर्गौला/मुटु सुक्खाराम, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, पेट पोल्ने, गाँठा, गिर्खा, लौहतत्त्वको कमी, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। घाउ-खटिरा/सुन्निएको अङ्गमा लगाउने गर्दा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, चिरेर सुकाएको कर्कलो डाँठ ३०-५० ग्राम, गानो चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ८१८. कफ्ले, अखजी लेककाफल, Non-Fruit Plant, Wax Myrtle Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा पाइन्छ। यो ५०-८० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, सदाबहार, पात चेप्टो, फूल मसिनो रातो, गोलाकार तेलीयगेडा हुन्छन्। यो रूख यसो हेर्दा काफलजस्तै देखिन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, रक्तशोधक, उत्तेजक, गर्भपातक, शोथघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर, मेदहर, अर्बुदहर, सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, कफग्रस्त समस्या, रुघा, पिनास, रक्तदोष, पेटको कृमि, दुबी, कुष्ठ, दाद, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, सुन्निएको, मोटोपन, रक्तरोग, जलोदर, पाठेघर खस्ने-झर्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा २-३ पटक।

### ८१९. कमिले, कमिलोघाँस, Ant Grass

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, नीलो फुल्ने, पात लाम्चो, डाँठ दह्रो-कडा, तेलीय गेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वाद टर्रो-हल्का तितो र स्वभाव गर्मी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तहर, व्रणरोपक, मूत्रल, रक्तशोधक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, अम्लपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजतेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ८२०. कबाबचिनी, कङ्कोलम्, कंकोलमिर्च, Tailed Pepper, Java Pepper Plant, *Cubeba officinalis* (Family : Piperaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो पराश्रयी लता हो। यसका पात आयाताकार, फूल सेतो सुगन्धदायक, फल दण्डमा-झुत्तोमा गोलाकार बास्नादार तेलीय गेडाहरू हुन्छन्। यसको सर्वाङ्ग वा फूल अथवा

फलबाट अत्तर निस्कन्छ । यसको स्वाद कटु-परपराउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात, फूल, डाँठ र जरा-पञ्चाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, गलाशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वरसुधारक, चित्त प्रसन्नकर, अर्बुदहर, अग्निकारक, मूत्रल, हृदयहितकारी, मेदहर, स्त्रीजन्यरोग र छालाको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, दम, खोकी, पिनास, रुघा-चिसो, शोथ, गृध्रसी, मन्दाग्नि, मूत्रावरोध, सुजाक, पक्षाघात, स्वरभङ्ग, मोटोपन, दन्तशूल, सोमरोग, प्रदर, दाद-कुष्ठ, हृदयरोग, अर्बुद, गला-घाँटीका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, फल/फूल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ८२१. कबाबचिनी रातो फुल्ने, रक्तकङ्कोलम्, कंकोलमिर्च, Red Tailed Pepper, *Cubeba officinalis*

(Family : Piperaceae)

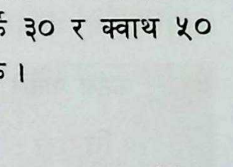
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो पराश्रयी लता हो । यसको पात आयाताकार, फूल सेतो सुगन्धदायक, फल दण्डमा-झुत्तोमा गोलाकार बास्नादार तेलीय गेडाहरू हुन्छन् । यसको सर्वाङ्ग वा फूल अथवा फलबाट अत्तर निस्कन्छ । यसको स्वाद कटु-परपराउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात, फूल, डाँठ र जरा-पञ्चाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, गलाशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वरसुधारक, चित्त प्रसन्नकर, अर्बुदहर, अग्निकारक, मूत्रल, हृदयहितकारी, मेदहर, स्त्रीजन्यरोग र छालाको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, दम, खोकी, पिनास, रुघा-चिसो, शोथ, गृध्रसी, मन्दाग्नि, मूत्रावरोध, सुजाक, पक्षाघात, स्वरभङ्ग, मोटोपन, दन्तशूल, सोमरोग, प्रदर, दाद-कुष्ठ, हृदयरोग, अर्बुद, गला-घाँटीका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, फल/फूल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ८२२. कफल बुटी, कफली, Kafali Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा फिट अग्लो, भुइँमा फैलिने हाँगा धेरै, डाली र पातमा रौँ अजमोदाको पातसमान, तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद तितो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, व्रणरोपक, नेत्ररक्षक, अर्बुदहर, विषघ्न, ज्वरनिवारक, मूत्रल, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, कलेजोपैष्टिक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, दाद, दुबी, कुष्ठ, आँखाको रोग, घाउ-खटिरा, ज्वर, मूत्ररोग, मधुमेह, कलेजोरोग, दम-खोकी, मन्दाग्नि, उदरशूल, अर्श, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८२३. कटुस दाले, ढालेकटुस, डालेकटुस, Nepali Chestnut Plant, Chinkapin Tree, *Castanopsis indica*

(Family : Fagaceae)



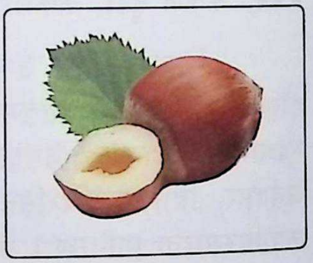
**चिनारी** : यो १000-३000 मिटरसम्मको हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५0-१00 फिटसम्म अग्लो, हागाहरू वा डाला धेरै हुने, ठूलो पात अण्डाकार खस्रो-बाक्लो-दन्तुर, घिउ-सेता रङका फूल, काँडादार गोलो फलभित्र खैरो

बोक्राभित्र सेतो दाना हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो, फलको स्वाद अति मीठो, हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, चोप, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यो त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, स्तम्भक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, वातघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, गलाशुद्धिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, गुल्महर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, हैजा, जिब्रो-मुख-घाँटीका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, वायुगोला, उदररोग, अर्श, गाँठा-गिर्खा, कफग्रस्त दम, खोकी, आमवात, जोर्नीवाथ, सङ्ग्रहणी, ज्वर, रक्तपित्त, उदररोग, गला घाँटीका समस्या, श्वासरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज ५-१५ वटा, भुटेको बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८२४. कटुस मुसुरे, Chinquapin Tree, *Castanopsis tribuloides* (Family : Fagaceae)

**चिनारी :** यो ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, बोक्रा खैरो र चिप्लो, यो डालेघाँस सदा हराभरा रहने, कडा-सारो पात आयाताकार टुप्पोमा चुच्चो छोटो डाँठ, साउन-भदौमा हाँगाको टुप्पोमा बालामा सेतो-हरियो फुल्छ, काँडादार फलभित्रको गेडाभित्र तेलीय वा सेतो पिठो भएको बीज हुन्छ । यसको फल मीठो हल्का टर्रो । पात, बोक्रा र चोप कषाय-टर्रो र स्वभाव उष्ण-हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो खाद्य पुष्टिकर, कफनिस्सारक, सङ्कोचक, पीडाहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, फोक्सो बलदायक, अर्बुदहर, मेदहर, मृदुरेचक, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले गर्भाशयशोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, वायुगोला, उदरशूल, आन्द्रा सुन्निने र घाउ-खटिरा आउने, दम-खोकी, फोक्सो शिथिल, श्वासनली शोथ, जोर्नीवाथ, कर्णशूल, दन्तशूल, मोटोपन, आउँ-पखाला-रक्तातिसार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ ३०-५० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम, बीज ५-१५ वटा, बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ८२५. कटुस पातले, पात्ले कटुस, Fa Hear Gon, Maikaw Tree, *Castanopsis hystrix* (Family : Fagaceae)



**चिनारी :** यो १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार-कडा-दन्तुर-टुप्पो चुच्चो, वैशाखतिर फुल्छ, फूल हरियो-पहेंलो बास्नादार, काँडो भएको फलभित्र बीज र बीजभित्र सेतो पिठो हुन्छ। यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, उदररोगनाशक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, झाडावान्ता नियन्त्रक, फुफ्फुसपुष्टिकर, गुल्महर, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, कण्ठ शुद्धिकर, पाठेघर सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम-खोकी, कफवृद्धि, श्वासरोग, अर्श, उदररोग, हैजा, पेटको शूल, आउँ-पखाला, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, गला-घाँटीको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज १०-२० वटा, बोक्रा चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ८२६. कन्टालापाते फूल, घरपातेपुष्प, Bromeliad Plant, House Leaf Flower

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार लामो, फूल रातो, बास्नादार धेरै जरा सेता गाना हुन्छन् । यो घर सजाउन, घरभित्र र बाहिर शोभाका लागि लगाइन्छ । यो विशाल वृक्षहरूमा समेत पाइन्छ । यसको स्वाद तितो केही मिठो र स्वभाव शीतल

हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, मूत्रल, पित्तनाशक, शीतकारक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, वातहर, पत्थरीनाशक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, जोर्नीवाथ, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, मूत्ररोग, पेटको रोग, घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, धातुरोग, प्रदर, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, पुष्पस्वरससुई २-५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८२७. कर्मीसाग कलेजी, पञ्चकुनेपाते, बेसर्माढोडी, पञ्जाकार नरसी, **Ipomoea Plant, *Ipomoea batatas***
(Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइने लहरो हो । यसको झ्याङ १५-२० फिट लामो लहरिन्छ, पात हस्ताकार पाँचकुने सेतो थुङ्गामा फुल्ने-बीचमा थोरै कलेजी वर्णको, हाँगाहरू फैलिन्छ, दूधेरस आउँछ, जरामा गाना सेतो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, बलकारक, वातहर, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, स्वास्थ्यवर्द्धक, मूत्रल, मृदुरेचक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तदोष, मासिकअधर्म, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, दम, खोकी, प्रदर, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूधसुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, उसिनेको/बफाएको/साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, जरा ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ८२८. कर्मीसाग कलेजी वर्णको पात, बेसर्माढोडी, करम्बाशाक, **Sweet Potato Vine, Purple Ipomoea**

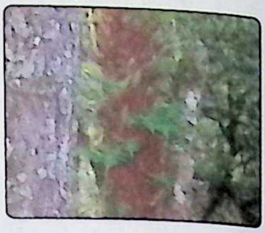
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधे लहरो १५-२० फिट लामो, पात पञ्जाकार कलेजी वर्णको, थुङ्गामा कलेजी फुल्ने, धेरै फैलिन्छ । जरामा लामो गानो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, दुग्धवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग, मासिकअधर्म, अर्श, कब्ज, पित्तरोग, प्रदर, धातुरोग, आँखारोग, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग/तरकारी/गानो उसिनेको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ८२९. कर्मीसाग काली, **Blackie Sweet Potato Vine, Black Ipomoea Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कालीलहरो धेरै फैलिन्छ, कालो पात, कालो फूल, जरामा गाना हुन्छन् कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, अर्बुदहर, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, वातहर, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, रक्तरोगहर, शक्तिकारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्ररोग, हृदयरोग,

मासिकअधर्म, रक्तरोग, विस्मृति, अनिद्रा, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, वटी ३-५ वटा, स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### ८३०. कमरी पहेँले, कादिकपान, अश्वकात्री, Liyehu Jue, Kamari Fern Plant, *Drynaria quercifolia* (Family : Polypodiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो पुराना वृक्षहरू/चिस्यान ढुङ्गा-चट्टानमा उम्रन्छ। यो १-३ फिट अग्लो-लामो, पात दुवैतिर गएका लामो बेलनाकार, डाँठभित्र पहेँलोपन, बाक्लो भुत्ला-भ्फ्यासले भरिएको, जरा चारैतिर फैलिन्छ। यो टर्रो केही तितो काँचोमा अलिक खिहिर्‍याउँछ। स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र डाँठ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो आन्त्र-गर्भाशय सङ्कोचक, श्वासरोगहर, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, उदररोगमा लाभदायक, कफघ्न, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पाठेघर खस्ने, हाड-ढाड-घुँडा दुख्ने, नसा च्यापिने-कमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गानो, गर्भाशयशोथ, हाडको रोग, आमवात, आन्द्रा सुन्निने-झोलिने, आउँ-पखाला, गानो, सङ्ग्रहणी, दम-खोकी, रक्तातिसार, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, पुवा/लेदो १-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ८३१. कल्पेरूख, मगनी, १२ वर्षमा फल्ने रूख, Celestial Plant, Great Magnus Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, पुष्पकमलझैँ पुष्प विभिन्न रङमा फुल्ने, पात चेप्टो, झुत्तोमा लाग्छन्-ठूलो र सुदृढ, भण्टासमान केही ठूलो फलभित्र बीजहरू र गुदी हुने, १२ वर्षमा १ पटक फल्ने भनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक, मूत्रल, आनन्ददायक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, पत्थरी, रक्तदोष, ज्वर, मूत्ररोग, दिमागीरोग, अपस्मार, मृगी, शिर तात्ने, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, मधुमेह, प्रमेह, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीजवटी १-३ वटा, बोक्रा र पातको अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., पात १-३ वटा ३-५ पटक।

### ८३२. कमरी काली, कादिकपान, श्यामअश्वकात्री, Liyehu Jue Plant, Black Kamari Fern, *Drynaria quercifolia* (Family : Polypodiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो पुराना वृक्षहरू/चिस्यान ढुङ्गा-चट्टानमा उम्रन्छ। यो १-३ फिट अग्लो-लामो, भुत्लेडाँठ काली, पात दुवैतिर गएका लामो बेलनाकार बाक्लो भ्याँसले भरिएको, जरा चारैतिर फैलिन्छन्। यो टर्रो केही तितो अलिक खिहिर्‍याउँछ। स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र डाँठ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, आन्त्र-गर्भाशय सङ्कोचक, श्वासरोगहर, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, उदररोगमा लाभदायक, कफघ्न, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, हाड-ढाड र घुँडा दुख्ने, नसा च्यापिने र कमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गानो, गर्भाशयशोथ, हाडको रोग, आमवात, आन्द्रा सुन्निने-झोलिने, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, दम-

खोकी, रक्तातिसार, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, पुवा/लेदो १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८३३. कमरी रतेली, लालकादिकपान, रक्तअश्वकात्री, Liyehu Jue Plant, Red Kamari Fern, *Drynaria quercifolia*

(Family : Polypodiaceae)

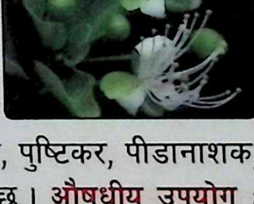
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो पुराना वृक्षहरू/चिस्यान ढुङ्गा-चट्टानमा उम्रन्छ । यो १-३ फिट अग्लो-लामो, भुत्लेडाँठ रातो, पात दुवैतिर गएका लामो बेलनाकार बाक्लो भुत्ला वा झ्याँसले भरिएको, जरा चारैतिर फैलिन्छन् । यो टर्रो केही तितो अलिक खिन्याउँछ स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, आन्त्र-गर्भाशय सङ्कोचक, श्वासरोगहर, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, उदररोगमा लाभदायक, कफघ्न, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाड-घुँडा दुख्ने, अर्बुद, नसा च्यापिने-कमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गानो, गर्भाशयशोथ, हाडको रोग, आमवात, आन्द्रा सुन्निने-झोलिने, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, दम-खोकी, रक्तातिसार, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, पाठेघर खस्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, पुवा/लेदो १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८३४. कतिरा सेतो फुल्ने, बाखाकाँडे, कुलु, Gum Dragon, Gum Tragacanth Plant, *Astragalus gummifer*

(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो १०००-२६०० मिटरको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो झाडी, तिखो काँडादार, दूधे, सदा हराभरा रहन्छ, साना संयुक्त दुवैतिर गएका पात, घिउ रङको सेतो फुल्ने, गोलो झुसे कोसामा फलभित्र तेलीय साना बीजहरू, चोप निस्कन्छ । यसको चोपलाई कतिरा भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, बीज, फूल र बोक्रा । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, वातव्याधिहर, अतिश्रमहर, व्रणसुधारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यजनक, वेदनानाशक, मेदहर, शोथघ्न, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कफग्रस्त दम-खोकी, अतिश्रमको पीडा, आन्द्राका घाउ, गला-घाँटीका खटिरा, कण्ठरोग, ढाड-कम्मर दर्द, मोटोपन, हाइड्रोसिल-हर्निया, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

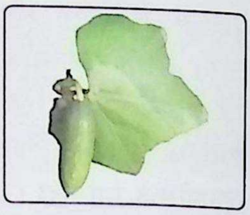
### ८३५. कन्थारी, वनकबरा, Wild Caper Bush, *Capparis sepiaria* (Family : Capparaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५-२० फिट लामो फैलिने लहरो, पात चेप्टो, बसन्तऋतुमा सेतो फुल्ने, ग्रीष्ममा गोलाकार फल मुलायम पाकेपछि कालो रङको भित्र ७ अङ्क जस्तो बक्राकार चेप्टो बीज तेलीय र जरा सेता हुन्छन् । यसको बीज खाद्यन्नमा प्रयोग गरिँदै आएका छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, अग्नि-उद्दीपक, रुचिकर, पुष्टिकर, पीडानाशक, शोथघ्न, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, नेत्ररोगहर, उदररोगमा लाभदायक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

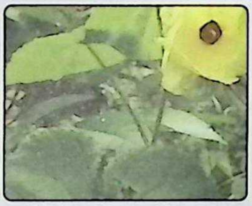
यसले कफग्रस्त दम-खोकी, मन्दाग्नि, अरुचि, अजीर्ण, कुपोषण, अङ्गशोथ, रक्तदोष, त्वचारोग, मांसपेशीको पीडा, स्नायुरोग, नेत्रशोथ, गानो, अर्श, गाँठागुठी आइरहने, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**८३६. कन्दुरी तीतो तिक्ततुण्डी, कडवा कुन्दरु, तिक्तकुन्दरकी, Bitter Ivy Gourd Plant, *Coccinia indica***
(Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पैदा हुन्छ । यो वर्षाकालमा उम्रन्छ र बढ्छ । यो लहरो, धेरै हाँगा लाग्ने, पात वृत्ताकार दन्तुर परबलपत्रसमान २-३ अङ्गुल लाम्चो र २-४ अङ्गुल चौडा व्यास रहेको, फूल सेतो रङको बालामा फुल्छ, फल बेलनाकार-मांसल-स्निग्ध पाकेपछि रातो/गुलाबी रङको फलभित्र कैयौं बीजहरू तेलीय हुन्छन् । यसको जरा शङ्खसमान कन्द रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, वामक, यकृत उत्तेजक, ज्वरघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, मेदहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, कलेजोरोग, सबै हेपाटाइटिसहरू, रक्तदोष, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्बुद, कुष्ठ, दाद, दुबी, दादुरा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्श, कब्ज, जीर्णज्वर, बहुमूत्र, मूत्रकृच्छ्र, सुजाक, कर्णशूल, गर्भस्रावको रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**८३७. कपास सुनौलो, कपास त्रिकोणपत्रे, Golden Flower Cotton Plant, *Gossypium barbadense***
(Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात गोलाकार वा चेप्टो फराकिलो, सुनौलो थुङ्गामा फुल्ने, फल अण्डाकार भुसभित्र कपास र घिउयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणपूरक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, उदरशूल, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज तेल/घिउ १०-३० र जरा/पात/बोक्रा अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

**८३८. कपास नरम हुने, समुन्द्री सुतीकपास, American Cotton Plant, *Gossypium barbadense***
(Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ६-१० फिट अग्लो, पुष्प थुङ्गामा पहेँलो-हरियो फुल्ने, त्रिशूल आकारको पात तीनभागमा बाँडिएको, अण्डाकार पाकेपछि फलभित्र सेतो कपास र रातो बीज घिउयुक्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा, फूल, पात । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो हल्का तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, स्तम्भक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, वातनाशक, मूत्रल, रक्तरोगहर, व्रणपूरक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, रक्तपित्त, रक्तस्राव, रक्तदोष, उदरशूल, ज्वर, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, कामला, अर्श, मलावरोध, पेट दुख्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फूल स्वरससुई ५-२० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, घाउ-चोटपटकमा कपास दिनहुं फेर्ने ३-५ पटक।

### ८३९. कपास नरम, कार्पास, तूलक, चिचु, तूल, Cotton Soft Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो एक प्रकारको मृदु अत्यन्तै मुलायम तन्तुहरूद्वारा बनेको सेतो जालो हो, जसमा स-साना कणहरू जोडिएका समूहगत वजन ज्यादै कम भएको वायुसमान तौल हुने अति हल्का वस्तुलाई कपास भनिन्छ। यो व्रण र क्षतका लागि उत्तम संरक्षक हो। यसलाई आयुर्वेदिक विधिले विशुद्ध पारिन्छ। कैयौंपटक धोई कुटाइ-पिसाइ गरी छानीकन घाउमा राख्न लायकको बनाइन्छ। जसलाई शोषणकारी सर्वोत्तम कपास मानिन्छ। शल्यक्रियादेखि घाउचोट, रक्तस्राव, पुछपाछ, धुने, सफा गर्ने, थुन्ने-छेक्ने, काटीकुटी मिलाउने, ओढ्ने-ओछ्याउने, शरीरमा कपडाले ढाक्ने इत्यादि प्रत्येक कार्यमा कपासको प्रयोग सर्वव्यापक छ। थोरैले पुग्दैन, नभै हुन्न, दैनिक जीवनमा अत्यावश्यक चीज कपास नै हो। यो विना अस्पताल/क्लिनिक चल्दैन, चिरफारका हरेक काम रोकिन्छ। यसकारण महत्त्वपूर्ण वस्तु हरेकले घरघरमा-साथसाथमा राख्नुपर्छ। यसको बाह्यउपचारार्थ धेरै सदुपयोग गरिन्छ। ताजा वा नयाँ कपासमा विशेष शक्ति भएकोले शल्यक्रियामा पुरानो फ्याकेर सधैं नयाँ लिनुपर्छ। धेरै पुरानो कपासमा टाँसिने शक्ति नष्टप्रायः हुन्छ र चिकित्साबाट लाभ मिल्दैन।

### ८४०. कपास बहुरङ्गी फूल, कार्पासपुष्प, Cotton Mixed Color Flower

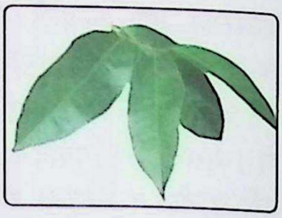
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१५ फिटसम्म अग्लो बोटमा पहेंलो/सेतो/घिउ रङको वा मिश्रित थुङ्गामा पत्रक फुल्छ, जब फूल वयस्क हुन्छ तब टिपेर ताजा वा हावामा सुकाएर प्रयोग गर्ने चलन छ। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही तितो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कपास। **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, पित्तनाशक, अग्निदग्धहर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मानसिक रोगहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, स्त्रीधर्मपालक, यकृतपोषक, रक्तस्राव नियन्त्रक, ज्वरनिवारक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, अपस्मार, मृगी, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, ज्वर, छटपटी, डाहा, अग्निदग्ध, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, रक्तदोष, रक्तरोग, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, उन्माद, खिन्नता, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फूल १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ८४१. कतार, कताद, कतीरा, Katira-Gum Plant, *Astragalus strobiliferus* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो अति गर्मी हावापानीका इरान-अरबमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, सानो बाँससमान झुकेको, मादा र नर फूल पहेंलो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि फूलपत्रबाट फल निस्कन्छ, यो फल छोहरासमान, वृक्षको काण्डमा चिरा लगाउँदा चोप निस्कन्छ, जरामा स्नेहांश प्रचूर मात्रामा हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, पात, जरा। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो हल्का खल्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, व्रणरोपक, दर्दहर, शोथघ्न, उरक्षत र श्वासरोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर,

छाला सुधारक, अर्शोघ्न, रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अर्श, रक्तस्राव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, छालाका दाग, चाउरी पर्ने, छाती दुख्ने, रक्तस्राव, श्वासरोग, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, आउँ-पखाला, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गृधसी, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो/चोप/भस्म १-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८४२. कतै, कथई, समादार, लोखण्डी, Neepa Bark Plant, *Samadera indica* (Family : Simaroubaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो झाडी, हाँगाहरू मोटो, दह्रोपात तिखो चुच्चेदार मुलायम लाम्चो, फूल पुतलीसमान पहेँलो फुल्ने, चेप्टो एकदम नरम फलभित्र गोलाकार बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरघ्न, पित्तनाशक, कृमिघ्न, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वातपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, पेटका कृमि, कफग्रस्त दम-खोकी, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, रजःवीर्यदोष, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल १०-३० मि.लि., शरीरमा मालिस, बीज १-५ वटा ३-५ पटक ।

### ८४३. कदमधारा, राजकदम्ब, प्रावृष्य, धाराकदम्ब, Kadamba Tree, *Neolamarckia cadamba* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो ठूलो, पहेँलो-सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्, वर्षाकालमा फुल्छ र बास्ना दिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो केही मिठो फूल बास्ना दिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनाशक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, फल सन्तानदायक, स्त्रीधर्मपालक, मूत्रल, सौन्दर्यजनक, चर्मसुधारक, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक, विषघ्न, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रजःवीर्यरोग, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तदोष, रक्तस्राव, छालाको रोग र कडा छाला हुने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल १-२ वटा, बीजवटी २-३ वटा, खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८४४. कनेर बाह्रमासे करबीरगुलाबी सदाबहार, ह्यमार, Whenever Flowring Oleander Plant, *Nerium* sp. (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधे, १०-२० फिट अग्लो, पात वेलनाकार, फूल गुलाबी वा प्याजी सदा फुलिरहन्छ, वर्षभरि नै शोभा बढाउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, कुष्ठघ्न, व्रणरोपक, वामक, रेचक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, स्तम्भक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कफग्रस्त दम, खोकी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्श, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, राजयक्ष्मा,

कफजशूल, कर्णरोग, दाँत दर्द, कुष्ठ, दाद, दुबी, कण्डू, यौनरोग, मासिकअधर्म, प्रमेह, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तरोग, रक्तदोष, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध ३-५ थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-२ वटा २-३ पटक । **सावधान** : गर्भिणी, हृदय कमजोर भएको रोगीले खान हुँदैन ।

### ८४५. कन्जीरा धान कालो, Kanjeera Dhan, Scented Black Rice

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ । यो मगमग बास्नादार हुन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, कालो वा नीलो फुल्ने, धान डल्लोभित्र चामल सेतो हुन्छ । यो साउनमा रोपेर मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानीपानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

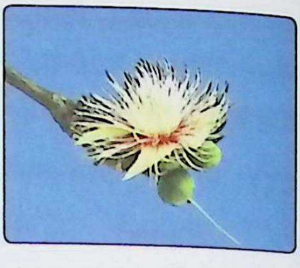
### ८४६. करेलीसानी, कडौची, कारवीकन्दलता, कडौच, Small Bitter Gourd Plant, Karleli Sani Vine

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वनौषधि लता भुइँ वा वनस्पतिमा फैलिन्छ, यो वर्षाको आरम्भमा उम्रन्छ, फुल्छ र फल्छ । यो फलको आकार करेलाजस्तो तर अति सानु, पात कालोपन लिएको मुलायम नरम भुस १-२ अङ्गुल चौडा पाँच कुने, पुष्पश्वेत/पीत हुन्छ, फल ३-५ अङ्गुल लामो-पातलो पाक्नेबेलामा चारभाग हुन्छ र भित्र राता चम्किला बीजहरू, जरामा कन्द सलगमझैँ गालो अति तीतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो, फल, बीज, पात र फूल । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भपातक, पित्तनाशक, विरेचक, विषघ्न, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, मेदहर, यकृतपुष्टिकर, पत्थरीहर, अग्निकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, पाचक-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तदोष, कामला, कलेजोरोग, सबै हेपाटाइटिस, कोष्ठबद्धता, यौनरोग, पत्थरी, योनिस्राव, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्बुद, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, सङ्ग्रहणी, जीर्णज्वर, अरुचि, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., चटनी/अचार ५-१० ग्राम, साग-तरकारी पकाएको/उसिनेको/बफाएको १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

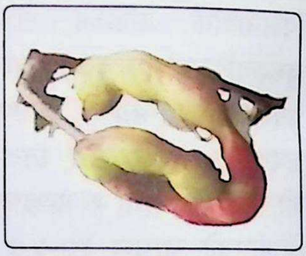
### ८४७. कटही, कुम्भी पहँलो-सेतो फुल्ने, कुम्हा, पीत श्वेतकटमी, हारियल, कुम्भा, Wild Guava Plant, Slow Match Tree, *Careya arborea* (Family : Lecythidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो, मुलायम, फूल रातो-पहँलो-सेतो लामो रौँ भएको फेदमा रातो तीन रङमा फुल्छ, फरर्र फैलिन्छ,

फल घडा आकारको भित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो लाग्छ । बीज मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, व्रणसुधारक, अर्बुदहर, मेदहर, अर्शोघ्न, पित्तनाशक, उदररोगमा लाभदायक, श्वासरोगहर, पाचनशक्ति प्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मोटोपन, अर्श, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, सङ्ग्रहणी, ग्यास्ट्रिक, मन्दाग्नि, अरुचि, अजीर्ण, पाचनशक्तिको कमी, कफग्रस्त दम-खोकी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, प्रदर, गुल्म, उदरशूल, पेट दुख्ने-पोल्ने, आन्द्राको सुख्खापन सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र तेल १० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, फल १-३ वटा, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### ८४८. कच्छो, कचहरी, कचलोरा, अमागमादा, Kachalora Plant, *Pithecellobium bigeminum* (Family : Fabaceae)

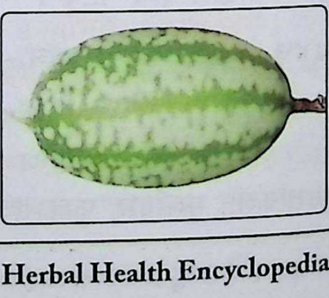


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ठन्डा क्षेत्रको १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, हाँगाहरू थोरै, पात मुलायम-तिखो चुच्चो दुईभागमा विभक्त, पुष्पदण्डी कमलो पहेँलो-सेतो केही रातोपन मिसिएका फूल लाग्छन् । फल १-३ अङ्गुल लामो कोसाभित्र ५-८ बीज तेलीय हुन्छन् । (शिरीषको भन्दा केही ठूलो बीज) । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बीज, बोक्रा, फूल, चोप । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातनाशक, कफनिस्सारक, पित्तघ्न, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, मधुमेहहर, केशरक्षक, विरेचक, व्रणरोपक, कृमिमारक, ज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, कुष्ठ, दाद, दुबी, कफग्रस्त खोकी-दम, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, उच्चरक्तचाप, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, पेटको कृमि, आउँ-पखाला, आमवात, कपाल झर्ने-तालु खुइले, ज्वर, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम र तेल मालिस ३-५ पटक । यसको चोप/खोटो/तेल लगाउनुपर्छ ।

### ८४९. ककरखिरनी, कर्कखिरणी, करवीरणी, Kakar Khirni Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यमवृक्ष ग्रीष्मकालमा रातो फुल्छ, फल लाग्छ र भित्र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, विषघ्न, वातनाशक, वामक, कृमिमारक, पीडानाशक, मेदहर, ज्वरनिवारक, धातु-उपधातुशोधक-मारक, रोगप्रतिरोधात्मक, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, मोटोपन, कलेजोरोग, ज्वर, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८५०. कचहरी, खरबुजो लता सानो, Cuca melon Vine, *Melothria scabra* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो, पात मुलायम पञ्जाकार, पुष्प पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र ५-८ तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बीज, बोक्रा, फूल, चोप । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तघ्न, उदररोगनाशक, चर्मरोगहर, मधुमेहहर, केशरक्षक, मृदुविरेचक, व्रणरोपक,

तृषामारक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, मधुमेह, कुष्ठ, दाद, दुबी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, उदररोग, उच्चरक्तचाप, आउँ-पखाला, प्यास, आमवात, कपाल झर्ने-तालु खुइले, ज्वर, उदरशूल, मुख-घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम र तेल मालिस ३-५ पटक । यसको चोप/खोटो/तेल लगाउनुपर्छ ।

### ८५१. करील सेतो, करीरसफेद, कबर, कब्र, **Caperbush White Plant**, ***Capparis spinosa*** (Family : Capparaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सुक्ख गग्रेन बलौटे माटोमा पैदा हुन्छ । यो प्रायः क्षारीय भूमिमा मिल्छ । यो करीरको समान बोट हो । यो ३ फिट अग्लो, तीक्ष्ण काँडो हुन्छ, हाँगाहरू कान्छी अङ्गुलीजस्ता कमलो हाँगाहरूमा रौँ, सेतो फुल्ने, यसको पात लम्बगोल चम्किलो मुलायम पछाडि पातको डाँठ छेउमा काँडो, लम्बगोल पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीय बीज गोलाकार पहेँलो नरम हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, कफनिस्सारक, वातनाशक, कृमिमारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, चर्मरोगहर, कर्णशूल र दन्तदर्दमा लाभदायक, कण्ठशुद्धिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दन्तदर्द, कर्णशूल, गण्डमाला, प्लीहा र यकृतवृद्धि, उदरशूल, अर्श, पेटका कृमि, सन्धिवात, आमवात, अर्धाङ्गवात, रक्तपित्त, रक्तस्राव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, दादुरा, दुबी, कफग्रस्त दम-खोकी, टन्सिल, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८५२. कबाबचिनी, कंकोल, चिनिया कबाब, सीताचिनी, **Chinese Tailed Pepper, Kababchini Plant**

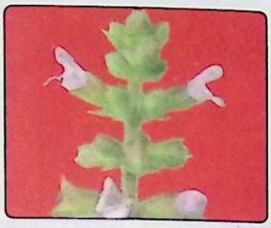
**चिनारी** : यो चिनिया गर्मी भूभागमा धेरै पाइन्छ । यो लता वृक्षहरूमा चढ्छ र फैलिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फोक्सो, उत्तेजक, वातनाशक, आतर्वजनक, जलशोषक, मुख दुर्गन्धनाशक, पाचक, वेदनानाशक, स्वेदकारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, अग्निमन्द, अपच, जलोदर, अरुचि, आउँ-पखाला, राजयक्ष्मा, कफग्रस्त पिनास, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक । परीक्षा : यो गन्धकअम्लमा राख्दा रातो र नुनको घोलमा हाल्दा नीलो वर्णको हुन्छ ।

### ८५३. कबाबचिनी अफ्रिकी, कबाबचिनीश्वेत सिरा, श्वेतकबाव, **White Pepper, Seti –Kababchini Plant**

**चिनारी** : यो अफ्रिकी गर्मीस्थानमा पैदा हुन्छ। यसको दाना लम्बोत्तर-गोल चिनीयाभन्दा ठूलो, वजनमा धेरै गहकिलो, दानाको एक शिरा सेतोभित्र ठोस खुब सुगन्ध दिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुस उत्तेजक, वातनाशक, आतर्वजनक, जलशोषक, मुख दुर्गन्धनाशक, पाचक, वेदनानाशक, स्वेदकारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, अपच, जलोदर,

अरुचि, आउँ-पखाला, राजयक्ष्मा, कफग्रस्त दम, खोकी, पिनास, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, दाना १-२, चूर्ण/लेदो १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### ८५४. कमरकस, साथी, कचोरा, Sage Weed, *Salvia plebeia* (Family : Lamiaceae)

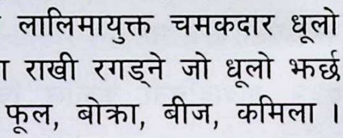


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो चिस्यान भूमिमा धेरै मिल्छ। यो १-३ फिट अग्लो, दुवैतिर गएका पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो बालामा फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू लाग्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फल र बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ थोरै परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातहर, कफघ्न, उत्तेजक, हृदयहितकारी, मूत्रल, स्तम्भक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, दाहनाशक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, मानसिक रोग, तनाव, हृदय धड्कन बढ्ने, कलेजोरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, प्रदर, प्रमेह, रक्तपित्त, कफग्रस्त दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ८५५. कमिला, रेची, रक्तचूर्णक, कपिला, कम्पिल्लक, Monkey Face Tree, *Mallotus philippinensis* (Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, ३-४ फिट गोलाइ प्रायः हाँगाहरू जराबाट निस्कन्छन्। भित्री बोक्रा रातो, पात चेप्टो चुच्चो, शरदऋतुमा सेतो-पहेँलो फुल्छ, केराउ दानाजत्रो फलभित्र एक तेलीयबीज हुन्छ। फल पाक्ने बेलामा लालिमायुक्त चमकदार धूलो फलपराग सङ्कलन हुन्छ जसलाई कमिला भनिन्छ। पाकेको फललाई वस्त्रमा राखी रगड्ने जो धूलो झर्छ त्यसलाई कमिलाका रूपमा प्रयोग गर्दछन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, बोक्रा, बीज, कमिला। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-टर्रो केही परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, अग्नि-उद्दीपक, कृमिघ्न, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, स्नायुरोग, पक्षाघात, कण्ठशुद्धिकर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, रक्तदोष, मन्दाग्नि, रक्तरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, पत्थरी, छालाका रोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, अर्श, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, प्रदर, गानो, क्षयरोग, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : कमिला/चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

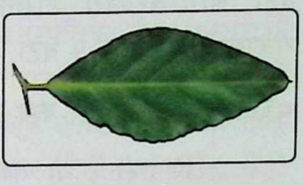
### ८५६. करञ्जघिउ, बीजघृतपूर, Hongay Oil, Pongmal Oil Plant, *Pongamia glabra* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पत्र चेप्टो, फूल नीलो-सेतो/भण्टारङको, लम्बगोल-बक्राकार फलभित्र १-२ बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र बोक्रा। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, पीडानाशक, विरेचक, उत्तेजक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कर्णरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कब्ज, अर्श, छालाको रोग, पेटका कृमि, अण्डकोषवृद्धि, गृध्रसी, कटिवात, गानो, ढाड-कम्मर दर्द, आमवात,

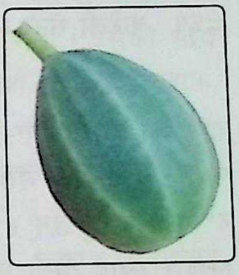
मेरुदण्डशोथ, सर्वाङ्गवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/भस्म १-३ ग्राम, अर्क २० र तेल १०-२० मि.लि. २-३ पटक खाने र २-३ पटक तेल मालिस गर्ने र लेपन गराउने।

### ८५७. कन्थारी, हुड्कारु, आरदन्दा, कालकेरा, जखमबेल, रक्तगृध्रनखी, Carper Redflower Plant, *Capparis zeylanica* (Family : Capparaceae)



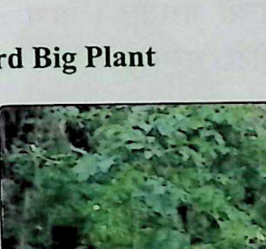
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ८-१२ फिट अग्लो, झाडी, काँडा तल फर्केको टेडो, सेतो फूल पुंकेशर रातो, दह्रो बीचमा फराकिलो पात २-३ अङ्गुल लाम्चो, गोलाकार फलभित्र सेतो गुदी र काला तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-पिरो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो क्षुधावर्द्धक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, ज्वरघ्न, विषप्रभाव, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, पित्तवृद्धि, कफग्रस्त दम-खोकी, उदरशूल, अर्श, जोर्नीवाथ, कटिवात, गृध्रसी, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फल १-२ वटा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ८५८. कन्थारी सफेद, करिण्डु, श्वेतगृध्रनखी, सफेद करेरुआ, Caper White Flower, *Capparis sepiaria* (Family : Capparaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो झाडी पातलो उल्टो काँडाहरू भएको १५-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, बलिया बाङ्गा हाँगाहरू, भित्री बोक्रा रातो, पात चेप्टो नरम झुस भएको, सेतो फुल्ने लामा रौँहरू रहेको, गोलाकार पाकेपछि रातो फलभित्र मिर्गौला आकारका तेलीय कालाबीजहरू हुन्छन्। यसको कलिलो पात र फूलको साग खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव मीठो केही तितो हल्का टर्रो थोरै परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, व्रणसुधारक, चर्मरोगहर, मेदहर अर्बुदनाशक, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, कफज्वरनिवारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी, अङ्गशोथ, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, नासुर, भगन्दर, हैजा, रक्तस्राव, आउँ-पखाला, गाँठा-गिर्खा, अर्श, घाउ-खटिरा, अर्बुद, मोटोपन, कफवृद्धि, गानो, पेट दुख्ने-पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी २०-५० ग्राम, तेल २० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ८५९. करेला सेतो ठूलो, श्वेतबृहत्कारबेल्लक, सफेद करेला, White Bitter Gourd Big Plant



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ। यो ३-६ महिना फुल्छ र फलिरहन्छ। यो वर्षायु लता, पात अनेक आकारका छिन्नभिन्न, ठूलो फल आधा-एक फिट लाम्चो मुलायम नरम काँडा भएको दुवैतिर चुच्चो परेको, १००-५०० ग्राम वजनभित्र रातो गुदी र तेलीय बीजहरू, फलको बोक्रा पातलो, बीजतेल र जरा अति तीतो हुन्छ। यसको स्वाद तीतो र पकाएपछि तीतो केही मिठो लाग्छ। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, कृमिमारक, मेदहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, व्रणसुधारक, नेत्ररोग र जलोदरमा हितकारी, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कलेजोरोग-कामला, हेपाटाइटिसहरू, प्रमेह, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, पेटका कृमि, अर्श, मोटोपन, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, सङ्ग्रहणी, पत्थरी, रक्तरोग, रक्तस्राव, उदररोग, वातरक्त, मुखपाक, नेत्ररोग, जलोदर, दम, खोकी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फलस्वरस सुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको १०-५० ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., सुकाएको चाना १-२ वटा ३-५ पटक।

### ८६०. करञ्ज काँडा कम हुने लता, घृतपूर, Pain Relief Oil, Karanja Oil Tree

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट लामो लहरो, सदा हराभरा रहने, पत्र चेप्टो, फूल नीलो-सेतो/भण्टारङको, लम्बगोल-बक्राकार फलभित्र १-२ बीज हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, पीडानाशक, विरेचक, उत्तेजक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कर्णरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कब्ज, अर्श, छालाको रोग, पेटका कृमि, अण्डकोषवृद्धि, गृध्रसी, कटिवात, गानो, ढाड-कम्मर दर्द, आमवात, मेरुदण्डशोथ, सर्वाङ्गवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/भस्म १-३ ग्राम, अर्क २० र तेल १०-२० मि.लि. २-३ पटक खाने र तेल मालिस गर्ने र लेपन गराउने।

### ८६१. करेली सेतो सानो, डल्ले करेली, Small White Bitter Gourd Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको मसिनु डाँठ, यो लहरो, चैत-वैशाखमा रोपिन्छ र मंसिर-पुससम्म फुलि-फलिरहन्छ, पाँचकुने पात छिन्नभिन्न, सेतो फुल्छ, डल्लो धार भएको मुलायम काँडाहरू फलभित्र गुदी र बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपोषक, रक्तशोधक, व्रणसुधारक, ज्वरघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, मेदहर, कृमिमारक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, पत्थरी, कलेजोरोग, कामला, गाँठा-गिर्खा, पेट दुख्ने, पोल्ने, अर्श, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मोटोपन, पेटका कृमि, छालारोग, मुखपाक, रक्तरोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ८६२. करील, मध्यदण्डा, करलिनीभाजी, Karali Herb, Karlini Sag Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो एउटा वनौषधि वर्षाऋतुमा उम्रन्छन्। यो १-३ फिट अग्लो, निलो-हरियो डाँठ, पात लामो र पातको बीचमा एक लामो डाँठ भएको रौं निक्लन्छ, सेतो फुल्ने, फल नीला हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकारक, मूत्रल, पित्तनाशक, सारक, मृदुरेचक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, कलोजोपोषक, व्रणसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, रक्तस्राव, ज्वर, कलेजोरोग, सबै हेपाटाइटिस, उच्चरक्तचाप,

मधुमेह, मूत्रकृच्छ्र, कामला, अम्लपित्त, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

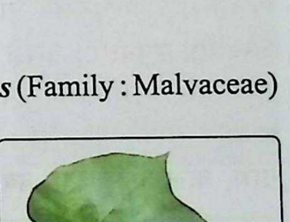
### ८६३. कस्तुरीदाना, कटुरस भएको, कटुक, कालकस्तुरी, Latakasturi Black Seed Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो भिण्डीसमान वनस्पतिका बीज कस्तुरीझैँ बास्ना आउँछ । यो ३-१० फिट अग्लो, काण्ड सूत्रमय-दृढ, हाँगा कमलो, रौँयुक्त पात र हाँगाहरू, पात ५ कुने ५ भागमा विभक्त भिन्डीझैँ, पुष्प घण्टाकार सेतो फुल्ने, फल कोसामा लाम्चोभित्र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बास्नादार मीठो-परपराउँछ केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, बलकारक, हृदयोत्तेजक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, स्नायुतन्तु शक्तिकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसारोग, ठोक्किएको-मर्किएको, अतिश्रमको पीडा, यौनकमजोरी, हाडको रोग, ढाड-कम्मर-घुँडा दुख्ने, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मुटुरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, बीजतेल १० मि.लि., बीज ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### ८६४. कच्चु, गर्मीको जलुको, लाम्चो पाते जलुको, कचालु, Kachu-Jaluko, No Piles Plant

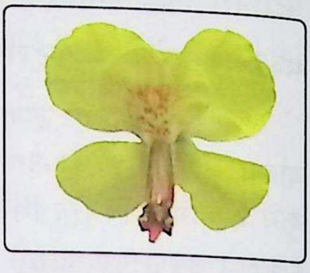
**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो डाँडा पाखामा मिल्छ । यो जलुको लाम्चो पाते, १-२ फिट अग्लो हुन्छ । यसको साग अति स्वस्थकरमा गनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको साग काँचै कोक्याउँछ भने पाकेपछि मीठो हुन्छ र चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, वामक, पेट शुद्धिकर, मूत्रल, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, पेटको रोगमा उपयोगी, हृदय हितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, रक्तस्राव, रक्तविकार, मुटुको कडापन, पिसाबको समस्या, पत्थरी, पित्तवृद्धि, कामला, कलेजोरोग-हेपाटाइटिसहरू, रक्तदोष, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्बुद, कुष्ठ, दाद, दुबी, दादुरा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, जीर्णज्वर, बहुमूत्र, मूत्रकृच्छ्र, सुजाक, कर्णशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो ३-१० ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८६५. कतिरावृक्ष ठूलो, गुलु कुलु, कर्दु, Gum Kadaya Big Plant, *Sterculia urens* (Family : Malvaceae)



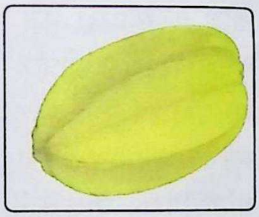
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, काण्डमा सेतो पातलो बोक्रा, पतझर, पात हस्ताकार फराकिलो गोलो, फूल पहँलो-हरियो, रातो चेप्टो झुसे फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् र चोप निस्कन्छ । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, बीज, बोक्रा, फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मृदुरेचक, रक्तरोगहर, रक्तस्राव नियन्त्रक, वातहर, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, दर्दहर, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, आउँ-पखाला, हैजा, कब्ज-अर्श, ज्वर, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, रक्तस्राव, आमवात, कटिवात, दम, खोकी, पाठेघर सुनिनु, अङ्गदर्द, उदरशूल, पेट पोल्ने, रक्तदोष इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, बोक्रा र फूल काँढापानी १ गिलास, सर्वाङ्ग तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### ८६६. करञ्जलता, कटकरञ्ज, कुवेराक्ष, आरिले काँडा, तारणा, मलट्याङ्ग्रा, Black Banduc, Fever Nut Plant, *Caesalpinia decapetala* (Family : Fabaceae)



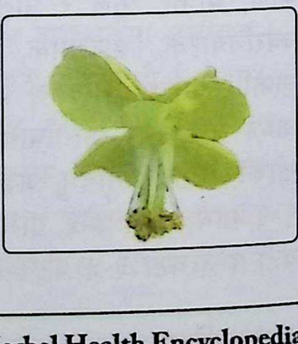
**चिनारी** : यो उष्ण र समशीतोष्ण जलवायुका २२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-२० फिट लामो लहरा, रातो काण्ड र हाँगामा सोझा काँडा अनि पातमा बाङ्गो काँडा, पातहरू पक्षवत् संयुक्त दुवैतिर गएका, सुनौलो फुल्ने, काँडोयुक्त कोसामा फलभित्र चिल्ला निला-ध्वाँसे वर्णको, वर्षामा फुल्ने र शरदऋतुमा फल पाक्छन्, तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात जरा, फूल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-तिक्त-कषाय हल्का कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कुष्ठघ्न, पीडाहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, शोथघ्न, अग्निकारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, अर्शोघ्न, रेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, दाद, यौनरोग, समस्त पेटका कृमि, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसीवात, शूल, अर्श, गानो, गाँठा-गिर्खा, अण्डकोषवृद्धि, आन्त्रशोथ, सुजाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई घ्यू-तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस गर्दा समस्त वातरोग/सुन्निएको/दुखेको ठाउँमा सेक्ने-लेपन गर्ने, बाफ लिने र मालिस गर्नुपर्छ । **मात्रा** : बीज चूर्ण १-३ ग्राम, जरा-पात स्वरस/लेदो २-३ ग्राम, तेल १०-२० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी ३-५ पटक ।

### ८६७. कमरख टर्रो, कट्याङ्ग्रा, कर्मार, मदानेफल, कन्तड, Austre Fruit, Carambola Plant, *Averrhoa carambola* (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने सानो रूख हो । यसको थुप्रै हाँगाबिँगाहरू, पात ताप्रेसमान अण्डाकार टुप्पो तिखो, कार्तिकतिर पाइने, स-साना फूल सेता-राता-कलेजी वर्णमा, मदानीसमान धार भएको हरियो पाकेपछि पहेँलो रङको फलभित्र मसिना तेलीय बीज र रसदार गुदी हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल, स्वाद नमीठो र तर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिकारक, रक्तशोधक, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, रक्तरोग, रक्तकमी, अरुचि, रक्तस्राव, हैजा, गर्मीपित्त, ज्वर, प्यासलाग्ने-मुख सुकिरहने, गर्मीगानो, पित्तजशूल, पत्थरी, रक्तार्श, रक्तपित्त, रक्तदोष, नेत्ररोग, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, अपच इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : सर्वत्र/रस/काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम चटनी२-५ ग्राम, फल १-२ वटा, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

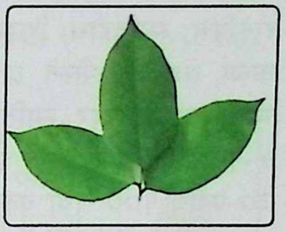
### ८६८. करञ्जलता ठूलो, बृहत्कटकरञ्ज, कुवेराक्ष, आरिलेकाँडा, तारणी, मलट्याङ्ग्रा, Black Banduc, Fever Nut Plant, *Caesalpinia decapetala* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण र समशीतोष्ण जलवायुका २२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३०-१०० फिटसम्म लामो लहरा, रातो काण्ड र हाँगामा सोझा काँडा अनि पातमा बाङ्गो काँडा, पातहरू पक्षवत् संयुक्त दुवैतिर गएका, पहेँलो फुल्ने, काँडोयुक्त कोसामा फलभित्र चिल्ला नीलो-ध्वाँसे वर्णको, वर्षामा फुल्ने र शरदऋतुमा फल पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात जरा, फूल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-तिक्त-कषाय हल्का कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो

कुष्ठघ्न, पीडाहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, शोथघ्न, अग्निकारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, अर्शोघ्न, रेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, दाद, यौनरोग, समस्त पेटका कृमि, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसीवात, शूल, अर्श, गानो, गाँठा-गिर्खा, अण्डकोष वृद्धि, आन्त्रशोथ, सुजाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज चूर्ण १-३ ग्राम, जरा-पात स्वरस/लेदो २-३ ग्राम, तेल १० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी ३-५ पटक ।

### ८६९. कमरख मीठो, कट्याङ्गा, कर्मार, मदानेफल, कन्तड, Sour Fruit, Carambola Plant, *Averrhoa carambola* (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने सानो रूख, थुप्रै हाँगाबिँगाहरू, पात ताप्रेसमान अण्डाकार टुप्पो तिखो, कार्तिकतिर स-साना फूल सेता-राता-कलेजी वर्णमा मदानीसमान धार भएको हरिया पाकेपछि पहेँलो रङको फलभित्र मसिना तेलीय बीज र रसदार गुदी हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिकारक, रक्तशोधक, नेत्ररक्षक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, रक्तरोग, रक्तकमी, अरुचि, रक्तस्राव, हैजा, गर्मीपित्त, ज्वर, प्यासलाग्ने-मुख सुकिरहने, गर्मी गानो, पित्तजशूल, पत्थरी, रक्तार्श, रक्तपित्त, रक्तदोष, नेत्ररोग, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, अपच इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : सर्वत्र/रस/काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम चटनी २-५ ग्राम, फल १-२ वटा, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ३० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८७०. कमल रातो ठूलो, बृहत्रक्तकमल, कोकोनद, लालकमल, Big Red Lotus, *Nelumbo* sp. (Family : Nelumbonaceae)

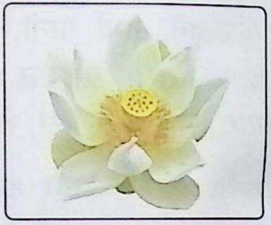
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विरुवा हिलोमा हुन्छ, त्यहीँबाट अर्को उम्रन्छ, पात गोलाकार चिल्लो जाँतोसमान पानीभन्दा माथि हुन्छ । भेट्नु ५-७ फिट अग्लो, हल्का काँडादार, सुगन्धदायक फूल एकल रातो भेट्नुमा नै हुन्छ । काला तेलीय बीजहरू कोसाभित्र सेतो बीज हुन्छन्, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वृष्य, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, ज्वरघ्न, ऋतुनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, पत्थरीहर, रक्तदोषनिवारक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्मृतिदायक, तृप्तिकारक, विषघ्न, उन्मादहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गर्मी गानो-शूल, अर्श, ज्वर, मिर्गौलारोग, हृदयरोग, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, विषप्रभाव, मानसिक तनाव, जलन, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सुक्ने-दुब्लाउँदै जाने, मुख-जिब्रोका घाउ, रक्तार्बुद, कुपोषण, रक्तपित्त, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क तेल/क्वाथ ३० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ वटा, जरा/डाँठ/पात १-२ टुक्रा, तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको २०-३० ग्राम, केशर चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक ।

### ८७१. कमल पहेँलो ठूलो, पीतकमलबडा, बृहत्पीतपदम, पीतपङ्कज, Big Blue Lotus Plant, *Nymphaea* sp. (Family : Nymphaeaceae)

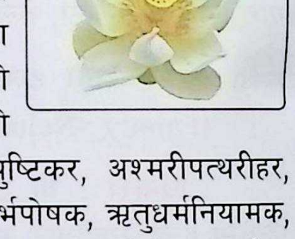
**चिनारी** : यो सर्वत्र-सबै हावापानीका हिल्यान-चिस्यानमा पाइन्छ । यो जलभित्र उम्रन्छ जहाँ जरा गहिरोमा गएको डाँठमाथि पातहरू गोलाकार, भेट्नुमा निस्कने सुनौलो फूलमा केशर, पुष्प छिप्पिएपछि कोसामा भित्र काला-ध्वाँसे तेलीयबीज भित्र सेतो दाना हुन्छन् । हल्का पहेँलो मोटो वर्णका जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने भाग** : सर्वाङ्ग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रसायन, रुचिकारक, केश्य, पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, मृदुरेचक, बुद्धिवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, स्मृतिह्रास, शिरमण्डल तात्ने-तनावमा पर्ने, उच्चरक्तचाप, मूत्राम्लदोषवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, कपाल झर्ने, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, धातुरोग, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, ज्वर, कमलपित्त, विषप्रभाव, मासिकअधर्म, प्रदर, स्मृतिह्रास, मुखसुक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : केशर चौथाइ-आधा ग्राम, कमलमह ५-१० थोपा, वटी १-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३०-क्वाथ १०० तथा कामलासव/कामलारिष्ट १०-२० र सुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ८७२. कमल फुस्रे, सफेदकमल, पुण्डरीक, श्वेतकमलपत्र, खरानेकमल, White Leaves Lotus Plant, *Nelumbo* sp. (Family : Nelumbonaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः गर्मी हावापानीका खोला-नदी ताल-पोखरी/हिल्यान-चिस्यानमा पाइन्छ । यो सेतो वर्णको कमल जलभित्र उम्रन्छ, पात चक्कीसमान गोलो फुस्रे पानीमाथि उठेको, भेट्नुमा हल्का काँडा, फूल सेतो सुगन्धदायक तालमा हुन्छ, केशर रहन्छ, फल कोषमा बीजहरू हुन्छन् । जसलाई कमलगट्टा भनिन्छ, काला ध्वाँसेभित्र सेता तेलीयदाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तजअर्बुदहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, रसायन, बृक्कपुष्टिकर, अश्मरीपत्थरीहर, वीर्यस्तम्भक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, गर्मी-पित्तज्वर निवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, गर्भपोषक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भस्राव, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, विषप्रभाव, स्त्रीरोग, मूत्ररोग, अर्बुद, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, तनाव, शिरमण्डलको जलन, हात-खुट्टा पोल्ने, रक्तदोष, रगतको कमी, मुख-जिब्रोका घाउ, गर्मी क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : केशर चौथाइ-आधा ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, सुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, बीज ३-५ वटा, कमलमह ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

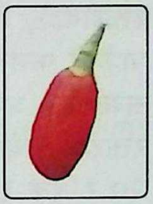
### ८७३. कदमझुसे, कदम्ब, सीधूपुष्प, हलिप्रिय, वृत्तपुष्प, Bur Flower Tree, Hairy Laran, *Neolamarckia cadamba* (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ४०-६० फिट अग्लो, झुसे, ५-७ फिट मोटाइ, पातमा दायाँ र बायाँ रेखाहरू भएको लाम्चो, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, पुष्प सुन्दर सेतो-गेरुवर्णको, गोलाकार मांसल हरियो पाकेपछि पहेँलो फलभित्र रसदार गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो फल साथै अन्य भाग तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : पाकेको फल

विषघ्न, वृष्य, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, कामोद्दीपक, शीतल मानिन्छ । यसको फूल, बोक्रा र पात व्रणरोपक, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, रक्तदोषहर, विषनिवारक, गर्भाशय रोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, रोगप्रतिरोधात्मक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पिसाब नखुल्ने, आउँ-पखाला, रक्तपित्त, गर्भाशयको शिकायत, रक्तरोग, ज्वर अम्लपित्त, कमलपित्त, रजःवीर्यदोष, मुख-जिब्रोका खटिरा, विषप्रभाव, रक्तस्राव, हैजा, स्तन सुक्दै जाने, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बोक्रा चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र फलस्वरस/लेदो २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**८७४. कङ्गु, चिरचिटा, गुनी, Wolberry Plant, Chinese Tea Plant, Carolina Wolfberry, Box Thorn, *Lycium chinense*** (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग ५-७ फिट अग्लो, बैजनी वा नीलो पञ्चक बीचमा केशर सुनौलो, सुन्तले रङ्को अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, चेप्टो अण्डाकार पात गाढा हरियो, बीज रातो/कालो/सुनौलो/राता हुन्छन् । यसको स्वभाव ठन्डा र स्वाद मीठो हुन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तभार व्यवस्थापक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तविकारहर, ज्वरनिवारक, ऋतुस्राव नियामक, तृप्तिकारक, रक्तस्रावनिरोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदय उत्तेजक, रगतको कमी, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अर्बुद, शरीर सुक्दै जाने, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तस्राव, पित्तरोग, शारीरिक गर्मी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र आसव/अरिष्ट/अर्क ५० ग्राम ३-५ पटक ।

**८७५. कटौज कालो, लेककटुसकाली, Katause Black Tree, *Quercus* sp.** (Family : Fagaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो फलाँटसमान रूखको घाँस राम्रो मानिन्छ । यसको बोक्रा कालो, फूल हरियो, कटुससमान फलभित्रसेतो मीठो दुईदलीय दाना कार्तिकतिर पाक्छ । काँडा र फलको बोक्रा फालेपछि खानयोग्य अत्यन्तै पुष्टिकर दाना हुन्छ । यो रातो चिम्ट्याइलो माटोमा हुन्छ । स्वाद मिठो हल्का टर्रो । स्वभाव उष्ण-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको दाना । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर-तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक, त्रिदोषशामक, रजवीर्यजनक, बलवर्द्धक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको फलले गानोगोला, आउँ, पखाला, जोर्नीवाथ, धातुरोग, दुब्लाउँदै जाने, पेट पोल्ने, रजवीर्यदोष, मस्तिष्कज्वर, पागलता इत्यादिमा अचुक काम गरी सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : धूलो ५-१० ग्राम, अतिश्रममा आधा-एक मुठी १-२ पटक न तातो न चिसो पानीसँग ।

**८७६. कफी गर्मीको, Hot Coffee Plant, *Coffea arabica*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा भएको, पात लाम्चो केही चेप्टो, फूल सेतो, गेडा हरियो पाकेपछि रातो-कालो तेलीय बीज हुन्छ । यो बोट थाम्ने नसक्ने गरी धेरै फल्छ । यो गर्मी हावापानीका बलौटे दोमट माटोमा राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, सङ्कोचक, स्वेदकारक, फोक्सो शोथघ्न, आउँ-पखाला नियन्त्रक मानिन्छ । स्वाद

कषायरस-टर्रो, स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **औषधीय उपयोग :** यसले चिसो, रुघा, खोकी, आउँ-पखाला, शीतज्वर, टन्सिल-उपजिह्वा सुन्निने, कफसमस्या, फोक्सो शोथ, मुखका घाउ, फोक्सोज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** १/१ फल, ३-५ ग्राम लेदो/धूलो, १ माना काँढापानी, क्वाथ ५० र तेल १० तथा अर्क २० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**८७७. कामला, कमलो, Tangerin Plant, *Citrus nobilis*** (Family : Rutaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, बास्नादार चेप्टो पात गाढा हरियो सानो, गोलाकार सुन्तले फलभित्र रस, केस्रा र तेलीय बीज हुन्छन् । यसलाई सुन्तोला ठूलो भन्ने गरिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । स्वाद पाकेको फल रसिलो-मीठो काच्चोमा अमीलो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पाचक, रुचिकारक, पोषक, हृदय हृदयहितकारी, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, नेत्रपुष्टिकर, अग्निकारक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसको पाकेको फलले कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तपित्त, अरुचि, अपच, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, गतिशील अङ्गहरूको सुख्खापन, अर्श, मलावरोध, पेट पोल्ने, कुपोषण, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, हृदयरोग, रगतको कमी, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल १-२ वटा,स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल २० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० र फलस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**८७८. कनेर सेतो, कलिहःस्वाँ, सुगन्ध करबीर, सफेद कनेर, सेतो करबीर, White Berry Spurge Plant, *Nerium oleander*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, भालाकार पात लामो चुच्चो परेको, पत्र/बोक्रामा कोट्याएमा दूध निस्कन्छ । पुष्प सेतो र सुगन्धदायक हुन्छ । कोसामा भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल र जराको बोक्रा । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, व्रणशोधक, पत्थरीहर, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, मेदहर, रक्तरोगहर, यकृतपोषक, मेदहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, मोटोपन, उच्चरक्तचाप, पत्थरी, ज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, कलेजोरोग, घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दाद, यौनरोग, दुबी, रक्तरोग, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., १ पात, १ फूल, ३-५ थोपा दूध, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**८७९. कनेर रातो, करबीरलाल, कलिहःस्वाँ, रक्तवीरक, गणेशकुसुम, लालकन्यौरा, Redberry Spurge Plant, *Nerium* sp.** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, हाँगाहरूमाथि सिधा गएका, भालाकार पात लामो टुप्पो चुच्चो परेको, रातो/गुलाबी/रगत वर्णको फूल छत्राकार सुगन्धदायक, कोसाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** मूल, फूल, फल र पत्र । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर, ज्वरनिवारक, कलेजो पोषक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, यौनरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मोटोपन, हैजा, यौनरोग, छालाको रोग, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :**

स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, पात १, फूल १, फल १, २-३ पटक ।

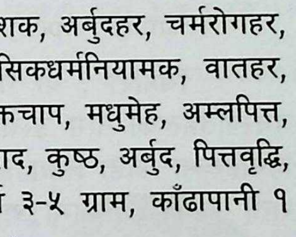
**८८०. कनेर कालो, कृष्णकनेर, करबीर कालो, कृष्णकन्यौरा, Black Berry Spurge Plant, *Nerium* sp.** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, हाँगा सोझो फेदबाट गएका, भालाकार पात टुप्पो चुच्चो, फूल कालो/हल्का निलो बास्नादार, कोसाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूलत्वक, पत्र, पुष्प र फल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, ज्वरनिवारक, मोटोपन र मधुमेहमा उपयोगी, कृमिमारक, विषघ्न, व्रणरोधक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, कफवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, मधुमेह, छालाका रोग, उच्चरक्तचाप, घाउ-खटिरा, पेटका कृमि, अर्श, हैजा, विषअसर, ज्वर, उदररोग, रक्तरोग, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

**८८१. कनेर बाह्रमासे मिश्रितपुष्प, करबीर सदाबहार, सदा कन्यौरा मिश्रितफूल, Mixed Colour Flower, Many Colour Kaner Plant, *Nerium* sp.** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको हाँगा च्वाट्टै काटेर जमिनमा गाड्दा सर्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, सदा फुल्ने-फल्ने, सधैं हराभरा रहने, भालाकार पात लाम्चो टुप्पो चुच्चो, विभिन्न रङका फूल रातो, सेतो, पहैंलो-कालो, पहैंलो-सेतो, पहैंलो-रातो अथवा ४-५ रङको एउटैमा फुल्ने पनि हुन्छन् । सुगन्धदायक पुष्प, कोसामा भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र जराको बोक्रा । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो केही पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, ज्वरनिवारक, मेदहर, रक्तदोष निवारक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, वातहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, मोटोपन, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अम्लपित्त, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, पिनास, रुघा, दम-खोकी, ज्वर, पत्थरी, यौनरोग, दाद, कुष्ठ, अर्बुद, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, सङ्ग्रहणी, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

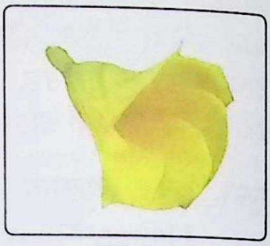
**८८२. करिपत्ता सेते, सफेद नीममिठा, श्वेतमधुरनिम्ब, ह्याबेनसिङ, गनाइलो, White Curry Leaved Plant, *Murraya koenigii*** (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, सेतो वर्णको, बास्नादार, पात डालीमा संयुक्त दुवैतिर गएका, फूल सेतो, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय एक बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-मीठो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, विजातीयद्रव्यनाशक, पाचक, कृमिहर, मेदहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, रजःवीर्यसुधारक, चर्मरोहारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

यसले ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, शरीर र श्वास गन्हाउने, गृध्रसी, गानो, जोर्नीवाथ, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, रक्तविकार, मासिकअधर्म, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श, मन्दाग्नि, सर्पदंश, कृमि, कलेजोरोग-हेपाटाइटिसहरू-कमलपित्त, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, छालारोग, प्रदर, पत्थरी, मधुमेह, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको मुना/कलिलो पातलाई साग खाने, जिम्बुझैं दालमा झान्ने, चटनी चाख्ने चलन छ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, पात १ वटा ३-५ पटक।

**८८३. करबीर पहेंलो, कनेरपीत, कनैनी, सुगन्धपीतकन्यौरा, Kaner Yellow Plant, *Nerium* sp.** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, हाँगा सोझो माथि गएका, भालाकार पात लामो टुप्पो चुच्चो, पहेंलो फुल्ने बास्नादार, कोसामा भित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, जराको बोक्रा, फूल, फल। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, व्रणरोपक, श्वासरोगहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, घाउ-खटिरा, छालाको रोग, कर्णशूल, कामला, रक्तपित्त, वातरक्त, सुक्खा दम-खोकी, यौनरोग, रक्तरोग, ज्वर, मासिकअधर्म, गाँठागुठी, मोटोपन, पेटका जुका, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, १ फल, १ फूल, १ पात, १ जरा टुक्रा २-३ पटक।

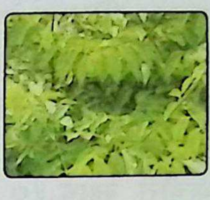
**८८४. करीर, करील, क्रकर, कटफल, करिर, बुद्धवृक्ष, कैर, तुण्डुली, Copper Plant, *Capparis decidua*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो बुद्धको बोधिउद्यानमा १४ वनस्पतिहरूका नाम उल्लेख छ। यो १०-२० फिट अग्लो, कण्टकयुक्त सानो बिरुवा हाँगाहरूमा काँडा सिधा २ वटा, चेप्टा पातहरू चिल्ला, पुष्प कलिला रोमश-गुलाबी रातो रङको, गुच्छामा रातो गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फूल, फल र जरा। यसको स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, श्वासरोगहर, विषघ्न, वेदनानाशक, पीडाहर, व्रणशोधक, वातव्याधिहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, गला-घाँटी शुद्धिकर, अर्शोघ्न, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पुरानो घाउ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पाठेघर सुन्निएको-खसेको, अर्श, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात १ वटा, फूल १-३ वटा, फल १-३ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा ३-५ पटक।

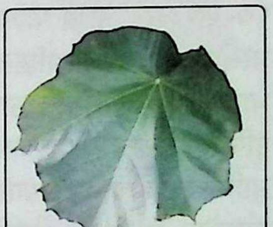
**८८५. कत्थालहरो, चिनाइ कथकुथा, काथा, अकुदकुरा, Gambier Lata, Gambir Plant, White Catechu, *Uncaria gambir*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो नाजुक-कमजोर लहरो, पात

चमकदार लाम्चो केही चेप्टो टुप्पो चुच्चो, पातको तल्लो भागमा मसिना रौं-भुस हुन्छन् । फल अति खुम्चिएको गाँठे, फूल थुङ्गामा हरियो/सुनौलो/रातो सुइरोमा हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : गानो, फल र डाँठ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद अति टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, कफघ्न, शोथहर, पीडाहर गला-घाँटीमा लाभदायक, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, श्वास व्यवस्थापक, वेदनानाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, चिसो रुघा-खोकी, जोर्नीदर्द, सुन्निएको, अर्बुद, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, पाठेघर-फोक्सो सुनिनु इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, टुक्रा चुस्ने, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो चौथाइ ग्राम ३-५ पटक ।

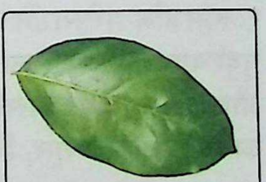


**८८६. कत्थेचाँप, मुचकुन्द, क्षेत्रवृक्ष, मुचुकुन्द, चमोयुस्वाँ, Champaka Flower Tree, *Pterospermum acerifolium***
(Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो विशाल वृक्ष, सदा हराभरा रहन्छ । यसमा धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात छत्राकार सूक्ष्म रोमश, पुष्प श्वेतपीताभ सुगन्धदायक, पञ्चकोणीय लामो-गोलो खैरो रङको फलभित्र तेलीय बीज खैरो हुन्छ, फागुन चैतमा फूल लाग्छ भने फल एक वर्षमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण-हुन्छ र स्वाद टर्रो-तितो हल्का पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, वेदनाशामक, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, ज्वरहर, यौनरोगहर, रक्तरोगहर, ॠतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुष्ठ, विष-उपविष असर, रक्तार्श, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, श्वासरोग, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, अर्बुद, गाँठा-गुठी, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, रक्तरोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, दुबी, दाद इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., चोप/भस्म १-२ ग्राम, फल १ वटा, फूल १ वटा ३-५ पटक ।

**८८७. कत्थालहरो विशाललता, बिल्लीनाखुनलता, Cat`s Claw Flower, Golden Catechu, *Uncaria tomentosa***
(Family : Malvaceae)

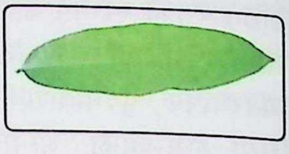


**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट लामो विशाल लहरो, पात चमकदार दुवैतिर गएका चेप्टो टुप्पो चुच्चो, सुनौलो फूल थुङ्गामा फुल्छ फल संयुक्त नङ्गे र बीज लाम्चो सियोसमान हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : गानो, फल र डाँठ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद अति टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, सङ्कोचक, कफघ्न, शोथहर, पीडाहर गला-घाँटीमा लाभदायक, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, श्वास व्यवस्थापक, वेदनानाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, चिसो रुघा-खोकी, जोर्नीदर्द, सुन्निएको, अर्बुद, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, पाठेघर-फोक्सो सुन्निनु, स्तन अर्बुद, अङ्गवात, कटिवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, टुक्रा चुस्ने, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो चौथाइ ग्राम ३-५ पटक ।

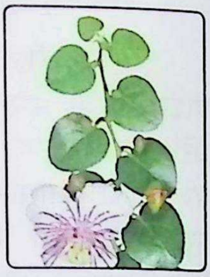
**८८८. कथई, लोखंडी, निबम, करिनोटा, Niepa Bark Tree, *Samadera indica*** (Family : Simaroubaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने वृक्ष, पात ठूलो-

लामो, हाँगाबिँगाहरू धेरै हुने, पहेँलो फुल्ने, फल चेप्टोभित्र तेलीयबीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कटुरस परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कृमिमारक, ज्वरहर, शोथघ्न, रेचक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आमवात, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, पेटका जुका, दम, खोकी, पिनास, चिसो-रुघा, शोथ, पीडा, शीतज्वर, कब्ज, अर्श, शूल, गानो, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५० र अर्क/तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

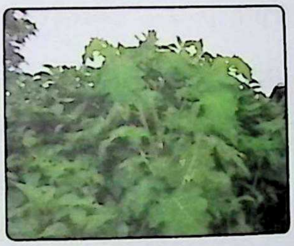


**८८९. कन्थार, क्रूरगन्धा, कालो कन्थारो, तीक्ष्णकण्टकीलता, Flinders Rose Plant, Wild Caper Bush, *Capparis sepiaria* (Family : Capparaceae)**



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको सुक्खा स्थानमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट लामो फैलिने लहरो, काण्ड-पात र फलमा काँडादार, चेप्टो पात, सेतो फुल्ने, गोलो मुलायम पाकेपछि कालोरङ फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो, केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पुष्टिकर, रुचिकारक, अग्निवर्द्धक, ज्वरनिवारक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, अङ्गवात, पक्षाघात, आमवात, मांसपेशीको पीडा, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यको कमी, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र तेल/अर्क ३० मि.लि., वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

**८९०. कण्टकारी भुसे सेतो, श्वेतकण्टकारी, कचरेहटा, सफेद कटेरी, Solanum White Plant, *Solanum lasiocarpum* (Family : Solanaceae)**



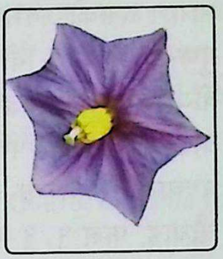
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, छड्के हाँगाहरू, काण्ड मोटो, काँडाले भरिएको, थुङ्गामा सेतो फुल्ने बीचमा सुनौलो केशर, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल, जरा, फूल, काण्ड र पात। यसको स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद तितो केही टर्रो र अलिअलि परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्वेदजनन, कफहर, वातनाशक, मृदुरेचक, कृमिघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, दन्तरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, दन्तशूल, कण्ठरोग, चिसो-रुघा, इन्द्रलुप्त, पेटका जुका, आँखाको पीडा, कान पाक्ने, उदरशूल, पिसाब थोपा/थोपा हुने, स्तन झोलिने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** १-३ ग्राम चूर्ण, स्वरस र लेदो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी २ वटा, भस्म १ ग्राम, क्षार चौथाइ ग्राम ३-५ पटक।

**८९१. कन्टकारी, व्याघ्री, कटेली, राघने, कचरेहटा, वार्ताकी, कौवाडाहा, Nepal Egg Plant, Yellow Berry Night-Shade, *Solanum virginianum* (Family : Solanaceae)**

**चिनारी :** यो २००० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, काँडादार, पात लामो-खण्डित, केशर सुनौलो नीलो फुल्ने, गोलाकार हरियोमा सेतो रेखा भएको पाकेपछि पहेँला फलभित्र चिप्लो गुदी र तेलीय वीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, फल, बीज, पात र जरा।

यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कटु-तिक्त हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिघ्न, कफघ्न, गर्भाशय सङ्कोचक, हिक्कानिग्रहण, फुफ्फुसपुष्टिकर, वेदनाशामक, शोथघ्न, रक्तशोधक, मूत्रल, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रुघा, खोकी, दम, फोक्सोको अर्बुद-जलोदर, हिक्का, श्वासरोग, उदरकृमि, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, छालाका रोग, पाठेघर खस्ने/सुन्निएको सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पोलेको १ वटा फल, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### ८९२. कन्टकारी निली लहरी, नीरकचरेहटा, वार्ताकी, कटेली, Cockroach Berry Plant, *Solanum* sp. (Family : Solanaceae)

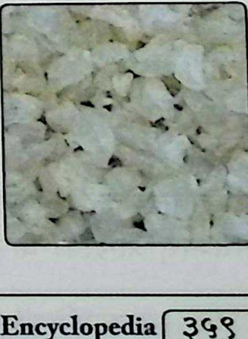


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ । यो २-५ फिट लामो लहरा, काँडादार, पात चेप्टो, केशर पहेँलो निलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात, फूल र जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो हल्का पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तविकारहर, श्वासरोगमा उपयोगी, शोथघ्न, वन्ध्यानाशक, त्रिदोषहर, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चिसो रुघा-खोकी, दम, जुम्रा-चाया, छालाको दाग, पाठेघर सुन्निएको, आँखारोग, गर्भाशय शिथिल, नेत्ररोग, रक्तदोषहर, चर्मरोग, आउँ-पखाला, शीतज्वर, फोक्सो सुन्निएको, जलोदर, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, कङ्कड-चिलिम १-२ हुक्का, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ८९३. कजुपुत सानो, कजुपुते, इलाँचे, Swamp Hot Place Tree, Final Leaf Melalecau, Small Punk Tree, Paperbark, *Melaleuca leucadendron* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो मध्यम आकारको वृक्ष ४०-५० फिट अग्लो, चेप्टो पात, हाँगाहरू धेरै हुने, बालामा सेतो फुल्ने मञ्जरीयुक्त घ्यू रङको फूल, फल सानो गोलाकार, बास्नादार हुन्छ । यसको पातको अर्क/अत्तर निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, सुगन्धदायक, कफनाशक, शोथघ्न, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वेदनाशामक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वेदना-दर्द, जोर्नीवाथ, आमवात, कफग्रस्त दम-खोकी, सुन्निएको, कुष्ठ, दुबी, दाद, पिनास, उदरकृमि, आउँ-पखाला, कपाल झर्ने-चाया पर्ने अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, क्वाथ ५० मि.लि., फल/पात/फूल १-३ वटा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

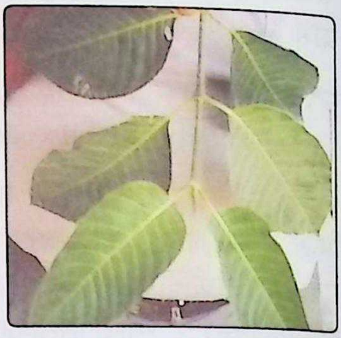
### ८९४. कतीराचोप, खडियाचोप, नपुंसक वृक्ष, Katira Tree



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २५०० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, बोक्रा सेतो, धेरै हाँगाहरू, काण्डको भित्री भाग रातो, पात तिनकुने, फूल रातो, फल बयरसमान बोक्रामा भुसभित्र ३-६ तेलीय बीज हुन्छन् । रत्तीसमान बीज, कार्तिकमा फुल्छ र फल चैतमा पाक्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : कतीरा (चोप) । स्वभाव ठन्डा र स्वाद खल्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, रक्तवृद्धिदायक, रक्तस्रावनिरोधक, नेत्ररक्षक, पत्थरीहर, आन्द्रा शक्तिकारक, रक्तदोषहर, मूत्रल, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-अतिसार, रक्तस्राव,

आँखाको रोग, पत्थरी, पित्तरोग, आन्द्राका घाउ, लिङ्ग उत्तेजक हुँदा र वाजीकर औषधि खाने खराब आदत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १-२ ग्राम चोप, पञ्चाङ्ग लेदो/स्वरस/चूर्ण/खोटो ३-५ ग्राम र काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि. २-३ पटक ।

**८९५. कदम, कदम्ब, कदुम, सुरभि, Burflower Kadam Tree,** ***Anthocephalus cadamba*** (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने छिटो बढ्ने विशाल वृक्ष, पात चेप्टो-फराकिलो, हेमन्तऋतुमा फुल्ने बास्नादार पुष्प पहेँलोपन लिएको सेतो, गोलाकार फलभित्र गुदी चिपचिपा रसिलो र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो र हल्का टर्रो, फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, मूत्रल, पुष्टिकर, पित्तहर, रक्तदोषनिवारक, वीर्यजनक, क्षुधावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जिब्रो-मुखको घाउ, पित्तजलन, पत्थरी, पित्तज्वर, मासिकअधर्म, प्रदर, यौनरोग, रजःवीर्यदोष, बच्चाको ब्रह्मरन्ध्र खसेमा, आँत-आन्द्राका खटिरा-घाउ, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पात चौथाइ, फल १/१ वटा, लेदो/खोटो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फूल १-३ वटा, चोप १-२ ग्राम २-३ पटक ।

**८९६. कदम सानोपाते, पहाडीकदम, हरिप्रिय, Burflower Kadam Small Leaf Tree,** ***Anthocephalus*** **sp.** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो मध्यम आकारको वृक्ष, सदा हराभरा रहने, रेखाकार पात लाम्चो वा फराकिलो, वसन्त ऋतुमा फुल्ने, पीत-श्वेतपुष्प बास्नादार, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो केही तितो र फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पुष्टिकर, अग्निकारक, रक्तदोष निवारक, रजःवीर्यजनक, स्तनपुष्टकारी, विष-उपविषमारक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पिसाबको समस्या, पित्तरोग, रक्तदोष, प्रदर, रक्तस्राव, अमहिनावारी, मुख-जिब्रोको खटिरा, विष-उपविष मार्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १/१ वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण/खोटो ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, फूल १/१ वटा, पात चौथाइ, चोप/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

**८९७. कदम, गुलिकदम, गुरी धाराकदम, Kaim Tree,** ***Mitragyna parvifolia*** (Family : Rubiaceae)

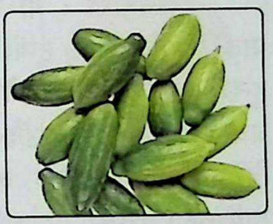
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, लामो टुप्पो चुच्चो बास्नादार फूल हरियो पहेँलो, गोलाकार फलभित्र रसदार गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो केही टर्रो र फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, ज्वरनिवारक, उदर उपयोगी, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव निरोधक, रक्तदोषनाशक, चर्मरोगहर, रजःवीर्यजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, पित्तरोग, गर्मी-पित्तज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, पिसाब सफा नहुने, यौनरोग, छालाका रोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो

गराउँछ । **मात्रा** : १ फल, १ पात स्वरस, ३-५ ग्राम सर्वाङ्ग चूर्ण, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक ।

**८९८. कन्दुरी, बिम्बाफल, गलुदा, कन्दौरीलता, Kundru Ivygourd Big Plant, *Coccinia indica*** (Family : Cucurbitaceae)

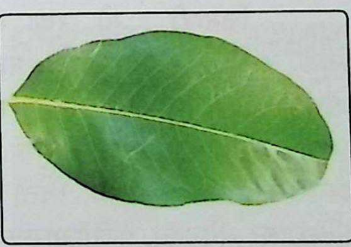
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल लहरो, चन्द्रमाझैँ सेतो फुल्ने, पात पञ्जाकार मुलायम, बेलनाकार-अण्डाकार फलभित्र प्रशस्त गुदी र तेलीय बीजहरू, लामो रेखा भएको फल नपाक्दा हरियो पाकेपछि अति रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, जरा, पात र फूल । यसको स्वभाव ठन्डक र स्वाद केही अमिलो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तविकारहर, रक्तस्रावनिरोधक, उदररोगमा उपयोगी, बृक्कपुष्टिकर, मृदुरेचक, रजःवीर्यजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पिसाब नहुने-नखुल्ने, मिर्गौला सुक्ने, कब्ज, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानोगोला, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, ग्यास्ट्रिक, पेट सुकेर सुकेनाश हुने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/पिसेको खोले-लेदो १०-२० ग्राम, फल ३०-५० ग्राम, बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, पात १-२ वटा, फूल ३-५ वटा, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**८९९. कन्दुरी लम्बे फल तीतो, ओष्ठोपमफला, रक्ताफल, तिक्तगलेदु, Bitter Kundru, Bitter Ivy Gourd, *Coccinia* sp.** (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो, चन्द्रमाझैँ सेतो फुल्ने, पात पञ्जाकार गहिरो हरियो, बेलनाकार ठूलो पाकेपछि रातो फलभित्र रसदार गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, विरेचक, रक्तदोषहर, अर्बुदहर, ज्वरनिवारक, कलेलो पोषक, रक्तशोधक, मधुमेहनाशक, पित्तहारक, चर्मरोगहर, वमनकारक, मेदहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, छालारोग, पत्थरी, मोटोपन, पित्तज्वर, अर्श, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, यौनरोग, कलेजो रोग-समस्त हेपाटाइटिस, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., १ पात, १ फल, ५-१० ग्राम बीज, ५-७ ग्राम फूल, ३-५ ग्राम जराचूर्ण २-३ पटक ।

**९००. कनकचम्पा विशाल, कठचम्पा, हात्तिपाइला, थमजम, हिमचम्पा, Magnolia Plant, Himchampaka, Bull Bay Tree, *Magnolia grandiflora*** (Family : Magnoliaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो विशाल वृक्ष, सदा हराभरा रहने ८०-१०० फिट अग्लो, पालुवा रातो, पात भिन्न आकारका चेप्टो-फराकिलो, बोक्रा खरानी रङको तिखा काँडा, फूल सुगन्धदायक सेतो चमकदार, १०-१५ से.मि. लामो फलभित्र पातलो तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद केही पिरो हल्का तितो थोरै टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, उत्तेजक, बास्नादार, शोथघ्न, अर्बुदहर, कफघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, आउँ-पखाला, उदर पीडा, अर्बुद, वातरोग, आमवात, जोर्नीवाथ, श्वासरोग, फोक्सो शिथिल, कफवृद्धि, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फूल १-२ वटा, फल १-२ वटा, पञ्चाङ्ग चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

९०१. **कलिहारीभाले, अग्निशिखा, गर्भघातिनी, राजाराड, लाङ्गली, Glory-Fire Lily Plant, *Gloriosa superba***
(Family : Colchicaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो उपविष हो । यो ५-७ फिट लामो लहरो हुने, पात चौडा र टुप्पोमा चुच्चो, साना हाँगाहरू, फूल आगोको ज्वालासमान फुल्ने आकर्षक, जरा लामो जोडिएका गाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव विषैलो र स्वाद पीरो-तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शुद्ध गरेपछि कृमिमारक, विषनिवारक, गर्भस्रावक, उत्तेजक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, रेचक, त्रिदोषज लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रसव पीडा, पागल जनावरको टोकाइ, योनिशूल, एच.आई.भी./एड्स, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, चर्मरोग, त्रिदोषज रोग, कुष्ठ, दुबी, सुजाक, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो अशुद्ध सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छानी मालिस तेल बनाएर वातरोग/सुन्निएको/चर्मरोगमा लेपन-मालिस गर्नुपर्छ । **मात्रा** : १-३ चामलजति गानो, भस्म/खोटो चौथाइ-आधा रत्ती, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि. २-३ पटक ।

९०२. **कलिहारी जरा गोलो, स्त्रीकलिहारी, Goal Root Glory, Ladies Fire Lily Plant, *Gloriosa* sp.**
(Family : Colchicaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट लामो फैलिन्छ र पात फराकिलो र टुप्पो चुप्पो, फूल आगोको ज्वालाझैँ रातो, जरा गोलाकार कन्द हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । यो उपविष हो । **गुण-धर्म-कर्म** : पञ्चगव्यमा/अम्लीय अर्क वा दहीमा भिजाउँदै-सुकाउँदै हप्तादिन गरेपछि शुद्ध हुन्छ । यो उत्तेजक, गर्भस्रावक, विरेचक, विषनिवारक, अर्बुदहर, योनिरक्षक, कृमिमारक, शोथघ्न, पीडाहर, मदकारक मानिन्छ । यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छानी मालिस गर्दा वातरोग/पक्षाघात/सुन्निएको, चर्मरोगमा अति छिटो लाभ पुर्‍याउँछ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुष्ठ, दुबी, दाद, योनिरोग, विषैलो प्रभाव, पेटका जुका, अर्बुद, प्रसव पीडा, एच.आई.भी./एड्स इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : शुद्ध गरेपछि चूर्ण आधा-एक ग्राम, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि. ३-५ पटक ।

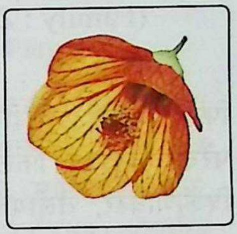
९०३. **कलिहारी सुनौलो फुल्ने, पीतलाङ्गली, सुनौलो अग्निमुखी, Golden Fire Lily Plant, *Gloriosa* sp.**
(Family : Colchicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट लामो फैलिने, चेप्टो पात साँगुरिएर चुच्चो परेको, लुलो डाठ, सुनौलो आगोको ज्वालासमान फुल्ने रमणीय पुष्प, जरा गोलो कन्द लामो जोडिएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यो एक उपविष हो । यसको स्वाद परपराउने टर्रो र हल्का तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वमनकारक, शोथघ्न, कृमिमारक, विषघ्न, वेदनाशामक, मदकारक, चर्मरोगहर, गर्भ र ऋतुस्रावक, अर्बुदहर, रेचक मानिन्छ । **शुद्धि** : पञ्चगव्य अथवा महीमा सातदिन भिजाउँदै सुकाउँदै गरी शोधन गर्नुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विष प्रभावलाई नष्ट गर्छ, पेटका समस्त कृमि, कुष्ठ, दुबी, प्रसब पीडा, मासिकअधर्म, योनिरोग, गाँठा-गिर्खा, मूढगर्भ, शूल-गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । तेल/घ्यूमा अशुद्धलाई डढाएर मालिस गर्दा वातव्याधि र चर्मरोग सन्चो गर्छ । **मात्रा** : चूर्ण २-५ रत्ती, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी आधा गिलास, भस्म/खोटो चौथाइ-आधा रत्ती २-३ पटक ।

**९०४. कंचुकचु, मुलसारी, जवाफ, Lasia sinhala, Kohila, Lasia Plant, *Lasia spinosa* (Family : Araceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, कलेजीरङको सुइरो उचो जाने, यसका फिँजारिएका छियाछिया पात, खैरो रङका जरा र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशुद्धिकर, रेचक, मूत्रल, पुष्टिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनिवारक, रुचिकारक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको डाँठ र नयाँ मुनाको साग खाने प्रचलन छ । यसले गर्मी पित्तज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पिसाबको रोग, कब्ज, अर्श, रक्तदोष, पत्थरी, पित्तवृद्धि, हैजा, अधिकमासिकश्राव, प्रदर, प्रमेह, रक्ताल्पता, मन्दागिन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : नयाँ मुना साग १ कचौरा उमालेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

**९०५. कंघी रातो फुल्ने, पेटारी, झप्पी, कङघई, रक्तअतिबला, तुती, Nepali Red Mallow, Abutilon Red Plant, *Abutilon* sp. (Family : Malvaceae)**

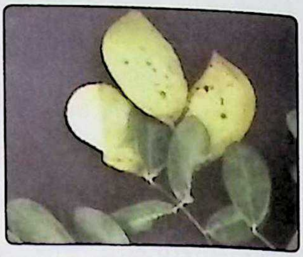


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, सदा हराभरा पात, अण्डाकार चेप्टो पात चुच्चो परेको, फूल पञ्चपत्रक रातो पुष्प, थुङ्गामा १५-२० वटा तेलीय बीज रहने कोठा भएको गोलाकार फल, साना हाँगाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो, हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वातव्याधिहर, रजःवीर्यवर्द्धक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, गर्भस्थापक, अतिपोषक, सप्तधातुरक्षक, रक्तवर्द्धक, मेदमज्जाकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, आमवात, वातरोग, जोर्नीदर्द, हाडको रोग, मेद-मज्जा नबन्ने, दुब्लोपन, रक्तको कमी, बाँझोपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० ग्राम, टुक्रा चुस्ने १ वटा, पात १, फल १ वटा ३-५ पटक ।

**९०६. करञ्ज, कटुकरञ्ज, कुवेराक्षी, हजरेलुकव, Nicker Seed, Fever Nut Plant, *Caesalpinia bonducella* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० फिट लामो लता ठूलो लहरो, पहेँलो फुल्ने, दुवैतिर गएका चेप्टो पात, कन्टकयुक्त चेप्टो फलभित्र तेलीय दाना हुन्छन् । पञ्चगव्यमा शोधन गरी प्रयोग गर्नुपर्छ । **उपयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो-टर्रो-तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, शोथघ्न, दर्दहर, वातनाशक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, पीडाहर, विषघ्न, कृमिकारक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको बीजले सुन्निएको, पक्षाघात, आमवात, वातव्याधि, जोर्नीवाथ, दर्द, अण्डकोश वृद्धि, दाद, कुष्ठ, दुबी, हाड-ढाड दर्द, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, सुक्खा दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लगाउने-लेपन हो । तेल मालिस गर्ने र शोधन गरी खाने । **मात्रा** : चूर्ण १-२ ग्राम भस्म/खोटो १-२ ग्राम, पोलेर १-२ बीज, उसिनेको १-३ वटा, अर्क २० र तेल १० मि.लि. २-३ पटक ।

### ९०७. करञ्ज सानो, काकमूला, काकमुलु, शाकौक, सुगौक, गर्भपोषकबीज, सूक्ष्मकटकरंज, Crested Fever Nut, *Caesalpinia crista* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीको सुख्खास्थानमा पाइन्छ। यो वृक्ष, हाँगाहरू धेरै हुने, पात मूलायम ठूलो, काण्डको बोक्रा खस्रो, पहेँलो फुल्ने कण्टकयुक्त कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो र हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भपोषक, वातव्याधिहर, पीडाहर, शोथघ्न, कृमिमारक, वेदनाशामक, मेदमज्जाकारक, रजवीर्यवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसीवात, स्नायुगत र मांसपेशीय वात, मेद-मज्जा नबनेको जोर्नीमा खिएको, कृमि, रजःवीर्यदोष, बाँझोपन, धातुरोग, अङ्गदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-२ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा, काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ३० र अर्क/तेल २० मि.लि. २-३ पटक। शुद्धि गरेर खानुपर्छ। लगाउने-मालिस गर्ने सेक्ने गरी लाभ लिनुपर्छ।

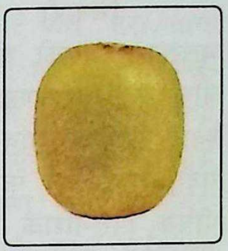
### ९०८. कचुर सेतो, सफेदकचुरी, श्वेतकर्चुर, White Zedoaria Plant, *Curcuma zedoaria* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, हलेदोसमान बिरुवा, पात भुइँबाट निक्लेका फराकिलो चुच्चो परेको डेढ-दुई फिट लामो, नलिकाकार पुष्प हल्का हरियो पहेँलो-सेतो, फल त्रिकोणाकार, तेलीयबीज अण्डाकार सेता, जरामा कपूरबास्नाका सेता सेलाहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल। यसको स्वभाव उष्ण त्रिदोषशामक र स्वाद तिक्त-कटु हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, जरा १-२ टुक्रा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, अत्तर ५-१० थोपा ३-५ पटक।

### ९०९. कपित्थफल, कटबेल, कैथ, दधिस्थ, कबीट, Wood Fruit, Elephant Apple, *Feronia elephantum* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू, पात च्याप्टा, सेतो फुल्ने, बेलसमान गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रजःवीर्यवर्द्धक, रुचिकारक, पुष्टिकर, उदररोगमा उपयोगी, विषघ्न, सङ्कोचक, विष-उपविष प्रतिरोधक, कण्ठशोधक, अर्बुदहर, फोक्सो बलदायक, हैजानियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-अतिसार, रक्तस्राव, उदरशूल, धातुपतन, दम, खोकी, आन्द्रा सुन्निने-पाठेघर फुल्ने, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मोटोपन, प्रदर, रजःदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फूल १ वटा, बीज २-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा १०० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, पात १ वटा ३-५ पटक।

### ९१०. कपित्थफल रातो फुल्ने, कठबेल, कटबेल, कैथ, कारन्दा, Red Wood Apple, *Feronia limonia* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो, चोप निस्कन्छ, फूल सेतो-बैजनी, गोलाकार फलभित्र कालो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, मेदहर, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, सप्तधातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सङ्ग्रहणी, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । पाकेको फलले धेरै प्रोटिन, क्याल्सियम, कार्बोहाइड्रेड, फस्फोरस, लौहतत्व, भिटामिन 'सी' आदि तत्वहरू दिन्छ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज वा चोप ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

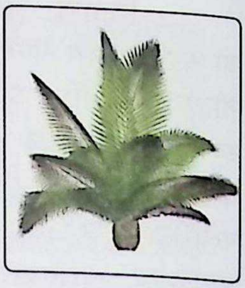
### ९११. कमल रातो-सहस्र रक्तकमल हजारमूली, कर्कलो पाते कमल, 1000 Roots Lotus Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, कर्कलोसमान पात, कमलो डाँठ जरामा गानो, डाँठमा च्याल पातलो चोप, रातो फुल्ने, कमलगट्टा फलभित्र सेतो पिठो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर, तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक, गर्भपोषक, ऋतुस्राव नियामक, रजःवीर्यजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, मिर्गौला सुक्ने, तनाव, स्मृतिह्रास, प्रदर, पातलो वीर्य र अपुग रज, पित्तज्वर, पिसाबको रोग, धातुरोग, रजःवीर्यविकार, मासिकअधर्म, रक्तरोग, कुपोषण, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, पत्थरी, दुब्लाउने रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., १-३ गेडा, लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, चूर्ण ५-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी ३-५ वटा, मह २-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, कन्द/फूल १ वटा, क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९१२. कसेरु माइली, बृहत्कन्द, Pendulous Bulrush, Rufous Bulrush, Nodding Bulrush, Big Chestnut Plant, *Scirpus pendulus* (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा मिल्छ । यो मृगलाई मनपर्ने घाँस हो । यो ५-१०.फिट अग्लो, सानो काण्ड, भालाकार पात, पुष्प रातो-सेतो, फुस्रो/कालो/खैरो बोक्रोभित्र खैरो कन्द हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र बीज । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतवीर्य । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्धक, बुद्धिवर्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तविकारनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ । औषधीय **उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, ऋतुअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९१३. कलबल पहेँलो, नागफलपीत, रानीबल, Queen Sago Plum, Queen Sago Plant, No real Sago Plant, *Cycas rumphii* (Family : Cycadaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका चिस्यान-ओसिलो जमिनमा पाइन्छ । ध्वाँसे भुत्लाहरू भएको यो २०-३० फिट अग्लो, पहेँलो फूल, सुनौलो घोगा धेरै तेलीय बीजहरू, मुख्यकाण्डको केन्द्रबाट चारैतिर गएका पखेटासमान डालीहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव त्रिदोषशामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्डको भित्री भाग गुदी, बीज, पात, फूल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, वातनाशक, बलकारक-पोषक, पित्तनाशक, कफहर, पीडाहर, श्वासहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, नसारोग, रजःवीर्यदोष, दर्द, सुन्निने, रक्तदोष, प्रदर, सन्धिशोथ, रक्तपित्त, पित्तज्वर, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९१४. कलबल पहाडी, पर्वतनागफल, Yendang Tree, Hill Cycas Plant, *Cycas pectinata* (Family : Cycadaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३०-५० फिट अग्लो, पात १०-१० फिट लामो र ३-१० फिट चौडाइ भएको चारैतिर फैलिने लाम्चो/थेप्चो घोगा डालीहरूका बीचमा तेलीय बीजहरू काण्डमा कालो-खैरो-ध्वाँसे भुत्लाहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको कच्चा बीज विष हो । सुकाएर शुद्ध गरेपछि खान मिल्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, बलकारक, शोथघ्न, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्ग सुन्निएको, मूत्रकृच्छ्र, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप ३-५ ग्राम, ३-५ पटक ।

### ९१५. कठमेडो, कठमडो, कठरके, खस्रे, Kathmedo Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, काण्ड र हाँगा कच्चा-कमजोर वा लुलो, घाँसे रूख, पात गोलो खस्रो सेतो/पहेँलो फुल्छ । गोला गेडा फलभित्र मसिना तेलीय बीज लाग्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, वातहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, गुल्महर, सङ्कोचक, उदररोगमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, दम, खोकी, कफवृद्धि, गर्भाशय सुन्निने-खस्ने, जलोदर, गानो, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, नसा-स्नायुतन्तुका कमजोरी, अङ्ग दर्द, आउँ-पखाला, हैजा, कलेजोज्वर इत्यादि सन्चो पार्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

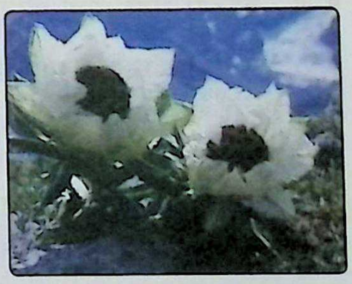
### ९१६. कर्कली पाण्डु, रूखमा हुने पिण्डालु, धङले, रूखपिँडालु, Dhangle Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो बूढो-पुराना वृक्षहरूमा वर्षादका बेलामा उम्रन्छ र ३-५ महिना रहन्छ भने चिस्यान वनमा सदा पाउन सकिन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, हृदयाकार पात, जरा/गाना वृक्षको रङअनुसार नयाँ परिचय थप्छ । यो प्रायः मैलोधैलो सेतोमा हुन्छ । यसको स्वाद केही टर्रो-खल्लो-विनारसको र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मृदुरेचक, मूत्रल, अर्बुदहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, गुल्महर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, कामला, रक्तपित्त, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने, रक्तस्राव, हैजा, उदरशूल, कब्ज, अर्श, गानो-गुल्म, मूत्रकृच्छ्र, ग्यास्ट्रिक, मुख-जिब्रोका बिबिरा, डण्डिफोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९१७. कर्कलोझार चिस्यानको, चिस्यानजलुको, Water karkali Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो आधा फिट अग्लो झार वर्षादमा सर्वत्र मिल्छ । यसको पात गोलो, एक डाँठ भएको, जरामा सानो गानो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, सन्धिवन्धनकारी, दर्दहर, वातव्याधिनाशक, स्नेहनकारक, मेद-मज्जावृद्धिदायक, हाडको रोगमा लाभदायक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड जोड्छ, ढाड-कम्मर दुख्ने, जोर्नीदर्द, स्नायुगत नसावात, मेद-मज्जा नवन्ने, कब्ज, अर्श, आन्द्रा सुक्खाराम, मूत्रकृच्छ्र, लौहतत्त्वको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, मिर्गौला सुकेको, हृदयरोग, कुपोषण, ग्यास्ट्रिक, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, खोले १ थाल, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९१८. कमल हिउँदे, हिमकमल, Winter Kamal, Winter Mountain Lotous Plant



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा दिउँदको समयमा कार्तिकदेखि चैतसम्म पाइन्छ । यो अति ठन्डामा रहेर फुल्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, सेतो झुसले भरिएको, सेतो फुल्ने, सेतो बुटी भुवादार नरम, पात चेप्टो, एकदम नरम हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, मासिकधर्मनियामक, रस तथा रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, गर्भरोपक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तश्राव, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, सुक्खाराम मिर्गौला, घाउ-खटिरा, अर्बुद, स्त्रीअधर्म, रगतको कमी, रक्तरोग, रक्तपित्त, उदरशूल, पेट पोल्ने, अर्श, अधिकमहिनामारी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९१९. करील सेतो लेकको, करीर पहाडी, वनभिन्डो, Hill Caperbush, Himalayan Caper Plant, *Capparis* sp. (Family : Capparaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो बलौटेमाटोमा पैदा हुन्छ । यो प्रायः

क्षारीय भूमिमा मिल्छ । हाँगाहरू कान्छीअङ्गुलीजस्ता कमलो हाँगाहरूमा रौं, केशर कलेजी र सेतो फुल्ने, पात चेप्टो, फल गोल पाकेपछि रातोभित्र तेलीय बीज गोलाकार सुनौलो नरम हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्धक, शोथघ्न, पुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातनाशक, व्रणरोपक, रजवीर्यरोगहर, चर्मरोगहर, कर्णशूल र दन्तदर्दमा लाभदायक, कण्ठशुद्धिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रक्ताल्पता, दन्तदर्द, कर्णशूल, गण्डमाला, प्लीहा र यकृतवृद्धि, उदरशूल, अर्श, पेटका रोग, सन्धिवात, आमवात, अर्धाङ्गवात, रक्तपित्त, रक्तश्राव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, दादुरा, दुबी, कफग्रस्त दम-खोकी, टन्सिल, जलोदर, शोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

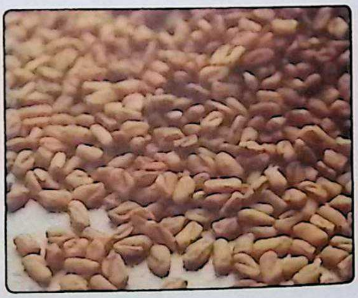
### ९२०. कलेरा धतुरो काँडा नभएको, धतुर, अग्निमुखा, बिणा, Thronless Dhatura Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो धतुरो काँडा नभएको पतझर, २-३ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, गोलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद कोक्याउने र स्वभाव उष्ण-उत्तेजक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर, पीडाहर, मदकारक, निद्राजनक, विषघ्न मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गदर्द, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, विषप्रभाव, दम, खोकी, फोक्सोज्वर, पेटका कृमि, ठन्डा-रुघा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दुबी, दाद, दादुरा, जनैखटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/भस्म/खोटो/लेदो १-३ मासजति, तेल/अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., वटी आधा-एक मासजति २-३ पटक । लगाउने-लेपन गर्ने, बाफ लिने, तेलले मालिस गरिरहनुपर्छ ।

### ९२१. कस्तुरी मेथी, मेथी कस्तुरी, Methi Kasturi, Scented Funugreek Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, बास्नादार, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, पुष्प छिप्पिएपछि कोसा लाग्छ र भित्र पहेँलो तेलीयबीज पाक्छन् । यो अति बास्ना चल्छ । यसको स्वाद तितो-हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, मूत्रल, मृदुरेचक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, रक्तरोगहर, मेदहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, शोथघ्न, अर्बुदहर, सुगन्धदायक मानिन्छ ।

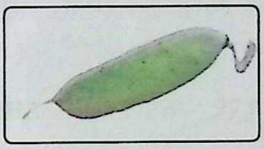


**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, रक्तरोग, रक्तदोष, मोटोपन, श्वासरोग, जलोदर, सङ्ग्रहणीज्वर, आमवात, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवाथ, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, स्वरससुई २-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, मसला १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९२२. कलमनाथ, Kalamnath, Pen Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका गर्मी क्षेत्रमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका, लुलो डाँठ, जरा मसिनो, फूल सेता, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । यसको स्वाद तीतो-हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, रक्तस्रावनियन्त्रक, उदररोगमा लाभदायक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कलेजोरोग, घाउ-खटिरा, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, रक्तस्राव, उदररोग, रक्तरोग, अर्श, कामला, रक्तपित्त, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, ३-५ पटक ।

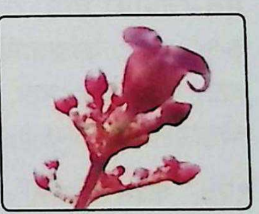
### ९२३. करञ्जलता झुसे, कटकरञ्ज, कुवेराक्ष, आरिले काँडा, तारणा, मलट्याङ्ग्रा, Black Banduc, Hairy Fever Nut Plant *Caesalpinia decapetala* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण र समशीतोष्ण जलवायुका २२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १०-१५ फिटसम्म लामो लहरा, रौंदार रातो काण्ड र हाँगामा सोझा काँडा अनि पातमा बाङ्गो काँडा, पातहरू पक्षवत् संयुक्त दुवैतिर गएका, पहेँलो फुल्ने, कण्टकयुक्तफल कोसाभित्र तेलीयबीज चिल्ला निला-ध्वाँसे वर्णको, वर्षामा फुल्ने र शरद ऋतुमा फल पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात जरा, फूल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु-तिक्त-कषाय हल्का कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कुष्ठघ्न, पीडाहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, शोथघ्न, अग्निकारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, यौनरोगहर, अर्शोघ्न, रेचक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, कुष्ठ, दुबी, दाद, यौनरोग, समस्त पेटका कृमि, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसीवात, शूल, अर्श, गानो, गाँठा-गिर्खा, अण्डकोष वृद्धि, आन्त्रशोथ, सुजाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई घ्यू-तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस गर्दा सबै वातरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ । यसको बीज-पात सुन्निएको/दुखेको ठाउँमा सेक्ने-लेपन गर्ने, बाफ लिने गर्नुपर्छ । **मात्रा** : बीज चूर्ण १-३ ग्राम, जरा-पात स्वरस/लेदो २-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी ३-५ पटक ।

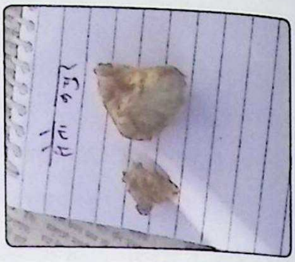
### ९२४. कमरख गुलाबी वा रातो, कट्याङ्गा, स्वर्णमदानेफल, कन्तड, Sour Fruit, Carambola Plant, *Averrhoa carambola* (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने सानो रूख, थुप्रै हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो वा अण्डाकार टुप्पो तिखो, कार्तिकतिर स-साना फूल सेता-राता-कलेजी वर्णमा, मदानीसमान धार भएको हरियो पाकेपछि पहेँलो रङ फलभित्र मसिना तेलीय बीज र रसदार गुदी हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, हृदयहितकारी, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, तृप्तिकारक, रक्तशोधक, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, अरुचि, रक्तस्राव, हैजा, गर्मीपित्त, ज्वर, प्यास लाग्ने-मुख सुकिरहने, गर्मीगानो, पित्तजशूल, पत्थरी, रक्तार्श, रक्तपित्क, रक्तदोष, नेत्ररोग, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, अपच इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : सर्वत्र/रस/काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/खोटो ५-१० ग्राम चटनी २-५ ग्राम, फल १-२ वटा, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९२५. कचुर सानो भुत्ले सेतो, कर्चुरी रौंदारसफेद, श्वेतकर्चुर, White Hairy Zedoaria Plant, *Curcuma zedoaria*

(Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, हलेदोसमान बिरुवा, पात भुइँबाट निक्लेका फराकिलो चुच्चो परेको डेढ-दुई फिट लामो, नलिकाकारपुष्प हल्का हरियो पहेँलो-सेतो, फल त्रिकोणाकार, तेलीय बीज अण्डाकार सेता, जरा भुत्ले, सेता सेलाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त-कटु-कषाय कपूरबास्नाका हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १ वटा, जरा १-२ टुक्रा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### ९२६. कमल रातो ठूलो, बृहत्रक्तकमल, कोकोनद, लालकमल, Big Red Lotus Plant, *Nelumbo* sp.

(Family : Nelumbonaceae)

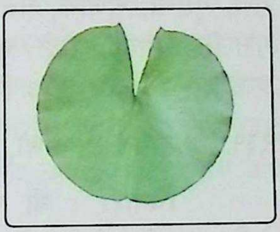
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बिरुवा हिलोमा हुन्छ, त्यहीँबाट अर्को उम्रन्छ, पात गोलाकार चिल्लो जाँतोसमान पानीभन्दा माथि हुन्छ । भेट्नु ५-७ फिट अग्लो, हल्का काँडादार, सुगन्धदायक फूल एकल रातो भेट्नुमा नै हुन्छ । कोसामा काला तेलीय बीजहरूभित्र सेतो बीजाङ्ग हुन्छ, जरा सेतो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वृष्य, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, ज्वरघ्न, ऋतुनियामक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्मृतिदायक, तृप्तिकारक, विषघ्न, उन्मादहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गर्मी गानो-शूल, अर्श, ज्वर, मिर्गौलारोग, हृदयरोग, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, विषप्रभाव, मानसिक तनाव, जलन, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रासुक्ने-दुब्लाउँदै जाने, मुख-जिब्रोका घाउ, रक्तार्बुद, कुपोषण, रक्तपित्त, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ वटा, जरा/डाँठ/पात १-२ टुक्रा, तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको २०-५० ग्राम, केशर चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक ।

### ९२७. कदम चिप्ले, तेलीयकदम्ब, सीधूपुष्प, हलिप्रिय, वृत्तपुष्प, Bur Flower Tree, Laran Plant, *Neolamarckia cadamba* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३०-६० फिट अग्लो, ५-७ फिट मोटाइ, हाँगाबिँगाहरू धेरै हुने, लाम्चो फराकिलो पात चिप्लो टल्कने, पुष्प सुन्दर सेतो-गेरुवर्णको, गोलाकार मांसल, हरियो पाकेपछि पहेँला फलभित्र रसदार गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो फल

साथै अन्य भाग तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : पाकेको फल विषघ्न, वृष्य, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, कामोद्दीपक, शीतल मानिन्छ । यसको फूल, बोक्रा र पात व्रणरोपक, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, रक्तदोषहर, विषनिवारक, गर्भाशयरोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, ज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पिसाव नखुल्ने, गाँठा-गिर्खा, आउँ-पखाला, रक्तपित्त, गर्भाशयको शिकायत, रक्तरोग, ज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रजःवीर्यदोष, मुख-जिब्रोका खटिरा, विषप्रभाव, रक्तस्राव, हैजा, स्तन सुक्दै जाने, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बोक्रा चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फलस्वरस/लेदो १०-५० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**९२८. कमल पहेँलो ठूलो, पीतकमलबडा, बृहत्पीतपदम, पीतपङ्कज, Big Blue Lotus Plant, *Nymphaea* sp.**
(Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो सर्वत्र-सबै ठाउँमा हिल्यान-चिस्यान पानीमा पाइन्छ । यो जलभित्र उम्रन्छ जहाँ जरा गहिरोमा गएको डाँठमाथि पातहरू गोलाकार, भेट्नुमा निस्कने सुनौलो फूलमा केशर, पुष्प छिप्पिएपछि कोसाभित्र काला-ध्वाँसे बीजभित्र सेतो दाना तेलीय वा पिठोयुक्त, हल्का पहेँलो मोटो वर्णका जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रसायन, रुचिकारक, केश्य, पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, मृदुरेचक, वृद्धिवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, स्मृतिह्रास, शिरमण्डल तात्ने-तनावमा पर्ने, उच्चरक्तचाप, मूत्राम्लदोषवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, कपाल झर्ने, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, धातुरोग, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, ज्वर, कमलपित्त, विषप्रभाव, मासिकअधर्म, प्रदर, स्मृतिह्रास, मुख सुक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : केशर चौथाइ-आधा ग्राम, कमलमह ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, कामलासव/कामलारिष्ट २-१० र सुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

**९२९. कमल फुस्रे, सफेदकमल, पुण्डरीक, श्वेतकमलपत्र, White Leaves Lotus Plant, *Nelumbo* sp.**
(Family : Nelumbonaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः गर्मी हावापानीका खोला-नदी ताल-पोखरी/हिल्यान-चिस्यानमा पाइन्छ । यो सेतोवर्णको कमल जलभित्र उम्रन्छ, पात चक्कीसमान गोलो टल्कने पानीमाथि उठेको, भेट्नुमा हल्का काँडा, फूलसेतो सुगन्धदायक तालमा हुन्छ, केशर रहन्छ, फलकोषमा बीजहरू, जसलाई कमलगट्टा भनिन्छ, काला ध्वाँसेभित्र सेता दानापिठोयुक्त वा तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तज अर्बुदहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, रसायन, बृक्कपुष्टिकर, अश्मरीपत्थरीहर, वीर्यस्तम्भक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, गर्मी-पित्तज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, गर्भपोषक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भस्राव, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, विषप्रभाव, स्त्रीरोग, मूत्ररोग, अर्बुद, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, धातुस्राव, तनाव, शिरमण्डलको जलन, हात-खुट्टा पोल्ने,

रक्तदोष, रगतको कमी, मुख-जिब्रोका घाउ, गर्मी क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : केशर चौथाइ-आधा ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, सुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, बीज ३-५ वटा, कमलमह ३-१० थोपा ३-५ पटक।

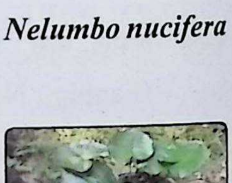
### ९३०. कलेठी सुनगाभो, Purple-Yellow Orchid, *Calanthe mannii* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो दुर्लभ, ३०-५० से.मि. अग्लो, ४-७ से.मि. हरियो डाँठ, चेप्टो पात, फूल कलेजी-पहेँलो रङमा फुल्छन् जरा हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : समस्तभाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, यक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### ९३१. कडायत सुनगाभो, Hardroot Orchid, *Calanthe* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो दुर्लभ, २०-३५ से.मि. अग्लो, छोटो डाँठ, २०-६० से.मि.लाम्चो २-३ वटा पात, फूल पहेँलो-हरियो रङका असार-साउनमा फुल्छन् जरा हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : समस्तभाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

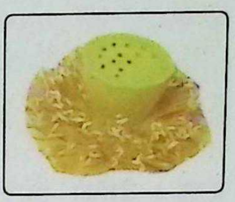
### ९३२. कमलदल हजार, कमलपुष्पपत्र, संवत्तिका, सहस्रदलकमल, Sepals of Lotus Flower, *Nelumbo nucifera* (Family : Nelumbonaceae)



**चिनारी** : यो जलाशयमा पाइन्छ। १००८ कमलदल बुद्धत्व प्राप्त गरेका व्यक्तिका सानिध्यमा हुन्छ। स्वयम्सिद्ध कमल १००८ दुर्लभसँग भेटिन्छ। पृथ्वीमा भएका कमलदल यौगिक शरीरमा उत्पन्न गर्ने भनिन्छ। अध्यात्मरूपी कमलदल फक्रन प्रारम्भ भए हरेकले बुद्धत्व प्राप्त गर्छन्। यो जलीयभूमि नदी-खोलाका ताल, पोखरी, समुन्द्र, सागर, महासाउष्णा मिल्छ। हिमालयदेखि तराईसम्म तथा शौचालय, स्नानघर, कोठा, छत, छानो, भित्र-बाहिर, पिँढी, आँगन जहाँसुकै गमलामा लगाउन सकिन्छ। यसको जरामा हिलो-चिसो भइरहनुपर्छ। सप्रेको वयस्क कमलमा सहस्रदल हुन्छन्। चिप्लो-नरम-सुगन्धदायक-आकर्षित-उपकारी कमलदलको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बास्नादार, पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, तनावहर, व्रणरोपक, विषघ्न, त्रिदोषजहर, अमृत, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, रक्तदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, तनाव,

मनोरोग, छारे-मृगी-अपस्मार, पित्तवृद्धि, ज्वर, यौनरोग, मनोरोग, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, प्रदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, १-३ वटी, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., अत्तर ५-१० थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पत्र १-३ वटा ३-५ पटक ।

**९३३. कमलकेशर, पद्मकेशर, पदमकेशर, पद्मरेणु, Pollen Grains Of Lotus Flower, *Nelumbo nucifera***
(Family : Nelumbonaceae)

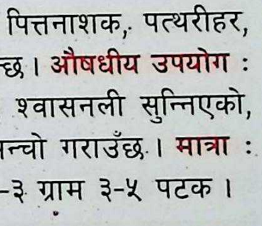


**चिनारी** : यो चिस्यान/जलाशय/गमला पानीको नजिक/सिमसार क्षेत्र/पोखरीमा सदा पाइन्छ । यसको पुरानो डाँठ पात हराउँछ र फेरि नयाँ पलाउँछ । कमलको फूल केन्द्रविन्दुमा पुष्पपत्रको मध्येभागमा सुनौलो केशर हुन्छ । यो अति सुगन्धदायक फूल टुप्पोमा पहेँलपुर हुन्छ । यसको स्वभाव शामक हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वाजीकर, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, सर्वरोगनाशक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, कफघ्न, पित्तनाशक, विषघ्न, त्रिदोषजविकारहर, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रोगप्रतिरोधात्मक, गर्भपोषक, पीडाहर, रक्तव्यवस्थापक, मिर्गौला र मुटु उपकारी, व्रणरोपक, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, कफवृद्धि, रजःवीर्यदोष, शुद्ध रगतको अभाव, विषप्रभाव, एच.आई.भी/एड्स, जीवनीयतत्त्वह्रास, असाध्यरोग, श्वासरोग, क्षयरोग, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गलग्रन्थि रसको अभाव, मुटुरोग, मिर्गौलारोग, यौनरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा लेदो/स्वरससुई ३-१० मि.लि., अत्तर २-१० थोपा ३-५ पटक ।

**९३४. कमलवीजकोष, कमलगट्टेका घर, पद्मकर्णिका, Torus - Thalamus Of Lotus Plant, *Nelumbo nucifera***
(Family : Nelumbonaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र जलाशयदेखि घरको थाली-गमलामा सबै हावापानीमा सर्व सुलभ पाइन्छ । जब जब पुष्प छिपिन्छ तब बीज रहने घर-फल-कोसा बन्दछ । यो बीजको आधारविन्दु हो । बीज यसैमा बसेर परिपक्व हुनुपर्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, कफनिस्सारक, मूत्रल, श्वरसुधारक, गला शुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरीहर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, श्वासनली सुन्निएको, फोक्सो शिथिल, कलेजोरोग, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोको क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

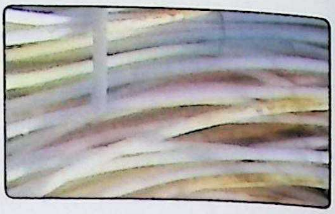
**९३५. कमलवीज, कमलगट्टा, पद्मबीज, पद्माक्ष, पद्मकण्टक, Lotus Seed Plant, *Nelumbo nucifera***
(Family : Nelumbonaceae)



**चिनारी** : यो कमलकोषभित्र लम्बागोल-चेप्टो कडा कालो/ध्वाँसे/फुस्रो बोक्राभित्र सेतो दानाको केन्द्रमा कमलजिब्रो हरियो पत्र भएको बीजाङ्कुर भाग हुन्छ । कमल गेडालाई प्वाल पारी कुनै भाँडोमा राख्दा केही दिनमा भित्रबाट उम्रेर बाहिर निक्लन्छ, पानी दिनहुँ नयाँ हाल्नुपर्छ, २-३ हप्तामा नयाँ कमलबिरुवा उत्पन्न हुन्छ । यसको बोक्रा फालेर उमार्न पनि मिल्छ । कमलबीजको कडा बोक्रा फ्याँकेर पिसेर धूलो बनाएर राख्ने अनि आवश्यकताअनुसार उपयोग गर्ने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वीर्यवर्द्धक, गर्भस्थापक, अतिश्रमहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अस्थिरक्षक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, अधिकश्रमको पीडा र मानसिक तनावमा उपयोगी, निद्राकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

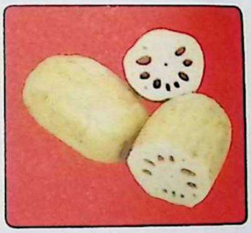
यसले धातुस्राव, वीर्य-रजको कमी, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, अमहिनावारी, पित्तवृद्धि, अनिद्रा, रगतको कमी, हाडको रोग, शीघ्रवीर्यस्खलन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, स्वरस वा घनसारसुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ९३६. कमलको डाँठ, मृणाल, कमलकी दण्डी, कमलनाल, नलिनिरुह, Lotus Stem Plant



**चिनारी** : यो सर्वत्र-समस्त हावापानीका जलाशयमा पाइन्छ वा घरको वरिपरि गमलामा रोपिन्छ। कमलको डाँठ १०-१२ फिट अग्लोसम्म हुन्छ। कमलको जरादेखि पानीको सतह हुँदै पानीमाथि ५-७ फिट अग्लो हुन्छ। पुष्पदण्ड, पत्रदण्ड रातो/सेतो/पहेँलो/कालो/खैरो हुन्छन्। कमलको नाल-पत्रवृन्त ८-१० इन्च लामो मस्याइलो हरिताभ वर्णको खैरो दागयुक्त हुन्छ। यसको स्वाद मीठो हल्का तितो र केही टर्रो हुन्छ। यसको चिप्लोपन र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, उन्माद-पागलपनमा उपयोगी, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, ज्वरनिवारक, तृप्तिकारक, विषघ्न, ऋतुधर्म नियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पत्थरी, शिरमण्डलमा उपयोगी, मिर्गौला र मुटु सुकेको, रक्तपित्त, धातुरोग, पित्तजज्वर, विषप्रभाव, मुखसुक्ने, मूत्रकृच्छ्र, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### ९३७. कमलगानु, कमलजरा, कमलकी जड, कमलकन्द, Root Of Lotus Plant, *Nelumbo nucifera*
(Family : Nelumbonaceae)



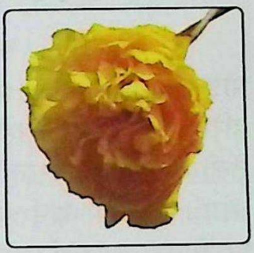
**चिनारी** : यो सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ। घरका छत, भित्र खोपा, कोठा, शौचालय, स्नानघर, पोखरी, डुँड इत्यादिमा गमलामा अथवा कुनै पनि भाँडोमा सजाएर खेती गर्न सकिन्छ। हिलो माटोमा जहाँकहीं सार्न/रोप्न सकिन्छ। पानीभित्र धेरै ठाउँमा फैलिन्छ, छिटो बढ्छ। पानीबाहिरको चिस्यान क्षेत्रमा जरा पुग्छन् र सर्वत्र उम्रन थाल्छ। पानी नपाउँदा अथवा हिउँदमा सुक्छ र फेरि वर्षादमा पलाउँछ। यसको गानु-जरा-उपजरा-तना-रेसाभित्रभित्रै धेरै छिटो सबै ठाउँमा चिस्यान खोज्दै चारैतिर घुम्छ। यो शोभा बढाउन सबैलाई आकर्षित गर्न र पुष्टिकर गानु खानका लागि सबैले लगाउनुपर्छ। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो र केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, पित्तनाशक, तृप्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, बलकारक, तनावहर, रक्तवर्द्धक, रक्तस्रावनियन्त्रक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पत्थरी, पित्तवृद्धि, मुख सुक्ने-अति प्यास लागिरहने, रजःवीर्यदोष, मिर्गौला सुक्खाराम, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पिसाब नखुल्ने, पेट पोल्ने-जलन, आन्त्रपुच्छ्र, मूत्रकृच्छ्र, कमलपित्त, अमलपित्त, कलेजोरोग, रक्तस्राव, दुब्लोपन, जोर्नीवाथ, तनाव, मानसिकरोग, मृगी-छारे-अपस्मार, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### ९३८. कमलमधु, कमलमह, मकरन्द, कमलचोप, Honey Of Lotus, *Nelumbo nucifera*
(Family : Nelumbonaceae)

**चिनारी** : यो जलाशयमा अथवा खेती गरिएको ठाउँ वा गमलामा सर्वत्र पाइन्छ। यो कमल परिपक्व सहस्त्र दल फक्रेपछि अमृत उत्पन्न हुन्छ। प्रायः मृणाल-डाँठमा यो लररर परेको हुन्छ, माकुराले जालो

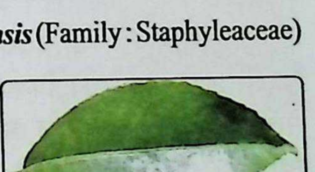
निकालेझैं कमलले लार/ऱ्याल छोड्छ, यसकारण यो श्वेतपिताभ रसलाई कमलको मह भनिन्छ। कुनै पनि कमल प्रजातिमा यस्तो मह सङ्कलन गरी उपयोग गर्नुपर्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव धेरै शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिदायक, सर्वरोगनाशक, बृक्कपुष्टिकर, रजःवीर्यकारक, विषघ्न, तृप्तिकारक, वीर्यस्तम्भक, रसायन, योगवाही, महारस, त्रिदोषजशामक, रसामृत, बलकारी, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले त्रिदोषज विकार, असाध्यरोग, विषप्रभाव, टुटे-फुटेको हाड, रक्तस्राव, धातुस्राव, बल-वीर्यको अभाव, रगतको कमी, रगतको घटबढ, उतार-चढाव अर्थात् रातो-सेतो रगतको अस्थिरतामा, तनाव, मानसिकरोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्बुद, सङ्ग्रहणी, उदरशूल, हृदय र मिर्गौलारोग, भेदक वीर्य नपुग-अपुग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : मह १-५ ग्राम वा ३-१० थोपा, महसुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९३९. कतीरा सुनौलो, खडियावृक्ष, खडो, **Katira Golden Gum, Qujah, Elaimbul Kinihiriya,** ***Cochlospermum religiosum*** (Family : Bixaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, गाढा हरियो पात आयाताकार-सुनौलो फुल्ने, काण्डमा सुनौलो चोप निक्लने, काण्डको बोक्रा सेतोभित्र रातो वर्ण, फल गोलाकार र रौंयुक्तभित्र ३-६ तेलीयबीजहरू जसलाई भेढुकडी भनिन्छ, यो कार्तिकमा फुल्छ र फागुनतिर फल पाक्छ। यो पुरानो वृक्ष विशाल भएपछि चोप झर्छ वा कोट्याएर घाउ पारेमा निर्यास निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप र बीज । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्तम्भक, रक्तस्राव निरोधक, पित्तनाशक, रक्तविकारहर, सङ्कोचक, पत्थरीहर, मूत्रल, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, हैजा, अधिकमासिक स्राव, सुजाक, यौनरोग, छालारोग, गला-घाँटीका गाँठा-गिर्खा, आउँ-पखाला, आन्द्रा सुन्निने र शिथिलमा, गर्भाशय शोथ, कफग्रस्त दम-खोकी, मासिकअधर्म, प्रदर, बहुमूत्र इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चोप २-५ मासजति, बोक्रा ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९४०. कनक, कन्नदा, पम्बाभेटी, **Indomalaya Turpinia Tree, *Turpinia cochinchinensis*** (Family : Staphyleaceae)

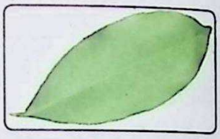


**चिनारी** : यो १४०० मिटरभन्दा माथि समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ३०-४० फिट अग्लो, त्रिपत्रक पात चेप्टो चुच्चो, बोक्रा खैरो, सुनौलो फुल्ने, गोलो फलभित्र ३ वटा तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, स्त्रीरोग र रक्तस्रावमा उपयोगी, वातहर, वेदनानाशक, पेटको रोगमा लाभदायक, शोथघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, रगतको कमी, श्वेतप्रदर, सन्धिशोथ, घाउ-खटिरा, रक्तप्रदर, कुपोषण, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, आमवात, जोर्नीवाथ, उदररोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९४१. करीर काण्ड कालो, कालाकैर, Kair Black Tree, *Capparis decidua* (Family : Capparaceae)

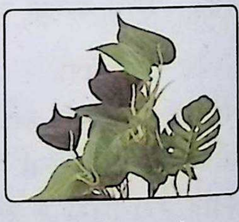
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, काण्ड कालो, पात मसिना, धेरै हाँगाबिँगाहरू, रातो फुल्ने, गोलाकार गेडा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रुचिकर, अग्निकारक, पेटको रोगमा लाभदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, व्रणरोपक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम, खोकी, मूत्ररोग, मधुमेह, उदरशूल, अर्श, पित्तरोग, रक्तपित्त, ज्वर, पेट दुख्ने-पोल्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्ताल्पता, रक्तरोग, कामला, कलेजो-मिर्गौला रोग, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., फल/बीज/फूल १-३ वटा, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९४२. कराली, डाइनी जामु, कृपा, Cork Wood Tree, *Carallia brachiata* (Family : Rhizophoraceae)



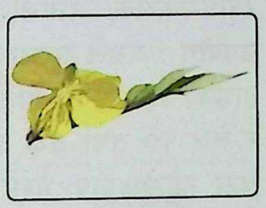
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ६०-१५० फिट अग्लो सदा हराभरा रहने विशालवृक्ष, पात चेप्टो गाढा हरियो, फूल हरियो-पहेँलोमा सेतो घिउवर्णको सुइरो, फल गोलाकार पाकेपछि रातोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो, फल मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, चर्मरोगहर, विषघ्न, वातपुष्टिकर, बलकारक, व्रणरोपक, कण्ठशुद्धिकर, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, विषप्रभाव, मासिकअधर्म, प्रदर, कामला, लुत्तो, दादुरा, दाद, दुबी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, गलाको रोग, कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १०-२० वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फल स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९४३. कनचिर्नु चेप्टो, कर्णभेदकपत्र लता, Window Leaf or Salad Fruit Plant, *Monstera deliciosa* (Family : Araceae)



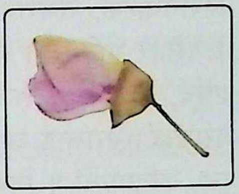
**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ । यो लता, चेप्टो पात संयुक्त कानआकारको किनारा छिन्नभिन्न, सेतो फुल्ने, घोगामा फल लाग्छ, फलभित्र सेतो गुदी र तेलीयबीज पाक्छन् । पाकेको अमृतगुदी अति मीठो-शीतल अन्य भाग स्वाद टर्रो-तितो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो गुदी पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिदायक, सर्वरोगनाशक, बृक्कपुष्टिकर, तृप्तिकारक, वीर्य र रक्तस्तम्भक, रसायन, योगवाही, व्रणरोपक, अर्बुदहर, हृदयहितकारी मानिन्छ । यसको अन्यभाग कफनिस्सारक, विषघ्न, कर्णभेदक-कर्णरोगहर, व्रणरोपक, मदकारक, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, दर्दहर, मेदहर, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, दन्तपीडानाशक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, विषप्रभाव, कान पाक्ने, घाउ-खटिरा, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, गानो, अर्बुद, अर्श, दन्तशूल, मोटोपन, दर्द, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकेको गुदी १०-३० ग्राम, चूर्ण/खोटो/भस्म/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९४४. कसौंदा कालो, काली कसौंदी, Senna Black Plant, *Senna sophera* (Family : Fabaceae)



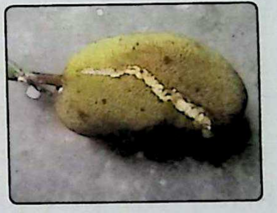
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, थुप्रै हाँगाबिँगाहरू, दुवैतिर गएका आयाताकार सानो पात, सुनौलो फुल्ने, कोसाभित्र धेरै चेप्टा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो, केही तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, श्वासरोगहर, मेदहर, अर्बुदहर, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, मूत्रल, कलेजो रोगमा हितकारी, ज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले चिसो-रुघा, क्षयरोग, अर्बुद, दम, खोकी, जलोदर, नेत्ररोग, गाँठा-गिर्खा, फोक्सो/श्वासनली सुन्निएको, मधुमेह, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग, मूत्ररोग, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, बीज वटी २-३ वटा, धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ९४५. करञ्जरूख, कञ्ज, Beech Tree, *Pongamia pinnata* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो बाङ्गो-टेडो रूख, कालो बोक्रा, चेप्टो फराकिलो पात, प्याजी फुल्ने, कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद परपराउने-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, वातहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, पुष्टिकर, बलकारक, अस्थिपोषक, उदररोगमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, अर्श, अतिसार, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दम, खोकी, गृध्रसी, कटिवात, हाडको रोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, स्नायुतन्तुरोग, अर्श, सङ्ग्रहणी, आन्द्राशिथिल, अण्डकोष वृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १-३ वटा, तेल २० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, उसिनेको/पकाएको/बफाएको १०-२० ग्राम, मालिस २-३ पटक।

### ९४६. कटहर वनेलु, वनकटहल, Wild Bread Fruit Tree, *Artocarpus elasticus* (Family : Moraceae)

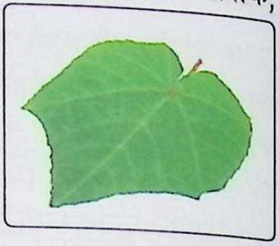


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ८०-१३० मिटर अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो-फराकिलो ठूलो गाढा हरियो, फूल पुष्पदण्डमा पहेँलो थुङ्गो, फल नरम काँडाधारी चेप्टो ठूलो भित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, पात, बोक्रा, फूल, फल र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, बलकारक, पीडानाशक, रक्तवर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक, नेत्रशक्तिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, गृध्रसी, कटिवात, रगतको कमी, आँखाको कमजोरी, बुढचौली रोग, जोर्नीवाथ, अतिश्रमको दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : पाकेको फल स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, बीज ३-५ वटा, गुदी ५-१५ ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काच्चो फलको साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ९४७. कपास पिचासे, पिचाशेकपास, Devil's Cotton Plant, *Abroma augusta* (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पात गोलाकार, काण्डमा पाट भएको, सेतो फुल्ने, कपासभित्र कालो तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल

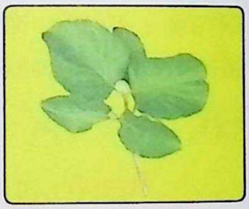
हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्रावनियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा दम-खोकी, कटिवात, कष्टार्तव, मधुमेह, आमवात, शिरशूल, हाडको रोग, प्रदर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १०० मि.लि. ३-५ पटक ।



### ९४८. करबीर सुनौलो, स्वर्णकनेर, Golden Apple, *Tabernaemontana dichotoma* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कुटज कुलको वनस्पति हो । यो सदा हराभरा रहने, ५-१५ फिट अग्लो, फूल सुनौलो, दूधे पात लाम्चो भालाकार, फल चेप्टो सुनौलो-रातोभित्र पहेँलो गुदी र बीज काला तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो-कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वामक, पत्थरीहर, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पत्थरीहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, ज्वर, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, अर्बुद, मोटोपन, रक्तदोष, रक्तरोग, अर्श, पत्थरी, उदररोग, पेटका कृमि, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छानी मालिस गरिन्छ। **मात्रा** : बीजतेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा २-३ पटक ।

### ९४९. कदमसानी नीलो, कैम, धाराकदम, Kaim Tree, *Stephegyne parvifolia* (Family : Rubiaceae)



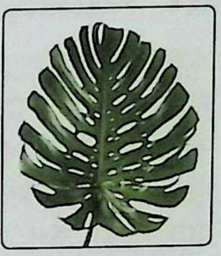
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, गोलो वा केही चेप्टो पात गाढा हरियो मुलायम गोलो चेप्टो, फूल पहेँलो, फल गोलोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हल्का तितो अनि फल मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, अम्लपित्त, कामला, मधुमेह, स्त्रीरोग, ज्वर, मांसपेशी दर्द, पेट पोल्ने, विषप्रभाव, पित्त-कफवृद्धि, घाउ-खटिरा, रक्तको कमी, कामला, रक्तपित्त, कलेजोरोग, दाँत दुख्ने, मूत्रकृच्छ्र, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई २-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, फल १-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९५०. कपासीझार, सेतेकपासी, Cotton White Herb, Pure Cotton Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात गोलाकार, काण्डमा भुसहरू भएको, सेतो फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्रावनियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा दम-खोकी, कटिवात, कष्टातव, मधुमेह, आमवात, शिरशूल, हाडको रोग, प्रदर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र

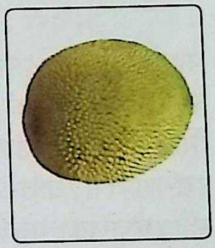
तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वीज ३-५ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९५१. **कनचिर्नु फल विशाललता, अमरफल, श्रीमद्फलामृत, Shreemad Fruit Cheese Plant, *Monstera deliciosa*** (Family : Araceae)



**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ । यो ३०-३०० फिट लामो लहरो विशाल लता-झ्याङ, संयुक्त पात धेरै प्वालहरू छिन्नभिन्न छिद्र चेप्टो ठूलो २०-३० ठाउँमा च्यातिएका, घिउ रङको सेतो फुल्ने, लामो घोगा हरियोभित्र नौनी वर्णको सेतो गुदी र काला तेलीयबीज हुन्छन् । पाक्ने बेलामा रुई/कपास/पराल/झ्याउमा ३-५ दिन ओभानोमा राख्दा गिलित्तै पाक्छ । फल काट्दै ८-१० दिनमा खान मिल्छ । यो काटकुट पारेपछि पनि १-२ हप्ता मर्दैन यसैले यसलाई अमरफल भनिएको हो । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलभित्रको गुदी । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, मिर्गौला-हृदय हितकारी, फल बलकारक, व्रणरोपक, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, रक्तपित्त, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, ज्वर, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, दाद, दादुरा, डण्डिफोर, मुसा-अङ्कुर निक्लने कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ५-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९५२. **कटहर गोले, गोलाकार कटहल, Rounded Bread Fruit Tree, *Artocarpus* sp.** (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१५० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात गोलो गाढा हरियो, फूल पुष्पदण्डमा पहेँलो थुङ्गो, फल नरम काँडाधारी गोलो ठूलो फलभित्र गदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, पात, बोक्रा, फूल, फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, बलकारक, पीडानाशक, रक्तवर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक, नेत्रशक्तिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, गृध्रसी, कटिवात, रगतको कमी, आँखाको कमजोरी, बुढचौली रोग, जोर्नीवाथ, अतिश्रमको दर्द, हाडवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकेको फल स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, बीज ३-५ वटा, गुदी ५-१५ ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काच्चो फलको साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९५३. **कर्कलो वन ढाब्रे, मलुवा, आलूकी, द्रावककन्द, Taro, Elephant Ears Leaf Plant**

**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो गानु बहुवर्षायु, ३-१० फिट अग्लो, पात नाङलोजत्रो, पातमाथि कालो तिलको छिटाझैं, पत्रनाल कन्दबाट निस्केको हुन्छ । यसको कन्द अनेक वर्णको विभिन्न आकारका, उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद कोक्याउने-टर्रो, केही परपराउने, हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, विषघ्न, शोथघ्न, रस-महारस/धातु-उपधातु शोधक, अग्निवर्द्धक, वातव्याधिहर, कृमिमारक, वाजीकर, यौनरोगहर, चर्मरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, अर्बुदहर, पुष्टिकर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, पेटका कृमि, अङ्गशोथ, अर्बुद, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, नपुंसकता, गाँठा-गिर्खा, सम्भोग क्षमताह्रास, रजःवीर्यदोष, बाँझोपन, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, घाउ-खटिरा, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पारा

धातु-उपधातु, विष-उपविष, महाविष, शोधन-मारणमा उपयोगी हुन्छ । पारद अग्निस्थायी गर्न यसको प्रयोग गरिन्छ । यसलाई घिउ/तेलमा डढाएर छानी मालिस/लेपन गर्नुपर्छ । यसलाई खरानीमा वा पञ्चगव्यमा शुद्ध गर्नुपर्छ तब खान सकिन्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/स्वरस १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., तेल मालिस गर्नुपर्छ ३-५ पटक ।

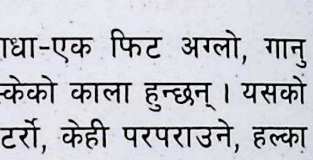
### ९५४. कटहर गाईथुने फल, कटहल, **Cow`s Nipple Bread Fruit Plant, *Artocarpus* sp.** (Family : Moraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१६० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात लाम्चो-फराकिलो ठूलो गाढा हरियो, फूल पुष्पदण्डमा पहेँलो थुङ्गो, फल नरम काँडाधारी गाईथुन आकारका भित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप, पात, बोक्रा, फूल, फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, बलकारक, पीडानाशक, रक्तवर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक, नेत्रशक्तिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, गृध्रसी, कटिवात, रगतको कमी, आँखाको कमजोरी, बुढ्यौलीपन, जोर्नीवाथ, अतिश्रमको दर्द, हड्डीवात, यौनशिथिलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** पाकेको फल स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लिं., लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, बीज ३-५ वटा, गुदी ५-१५ ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काच्चो फलको साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९५५. कर्कलोझार कालो, द्रावककन्द, **Karkalo Black Plant**

**चिनारी :** यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, गानु बहुवर्षायु, पात गोलाकार, पातमाथि कालो तिलको छिटाझैं, पत्रनाल कन्दबाट निस्केको काला हुन्छन् । यसको कन्द अनेक वर्णको विभिन्न आकारको, उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद कोक्याउने-टर्रो, केही परपराउने, हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो उत्तेजक, विषघ्न, शोथघ्न, रस-महारस/धातु-उपधातु शोधक, अग्निवर्द्धक, वातव्याधिहर, कृमिमारक, वाजीकर, यौनरोगहर, चर्मरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, अर्बुदहर, पुष्टिकर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले विषप्रभाव, पेटका कृमि, अङ्गशोथ, अर्बुद, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, नपुंसकता, गाँठा-गिर्खा, सम्भोग क्षमताह्रास, रजःवीर्यदोष, बाँझोपन, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, घाउ-खटिरा, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पारा धातु-उपधातु, विष-उपविष, महाविष, शोधन-मारणमा उपयोगी हुन्छ । यसलाई खरानीमा वा पञ्चगव्यमा शुद्ध गर्नुपर्छ तब खान सकिन्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/स्वरस १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., तेल मालिस गर्नुपर्छ ३-५ पटक ।

### ९५६. कसुर ठूलो राते, रक्तराजकसेरुक, **Big Kasur Plant, *Scirpus* sp.** (Family : Cyperaceae)



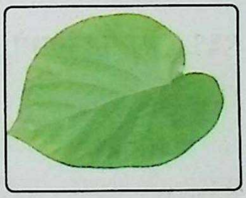
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बिरुवा हेर्दा मोथेझैं देखिन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, लामा भालाकार पात, डाँठमा रातो फुल्ने मञ्जरीमा पुष्प छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । यसको उपजरा रातो र कन्द कालो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कन्द, उपजरा, बीज, फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अतिश्रमहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वातपुष्टिकर, सन्तानदायक, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रक्तरोगहर,

रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजवीर्यदोष, कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, निःसन्तान, उदरशूल, ज्वर, तिर्खा, दाह, रक्तदोष, रक्तपित्त, पित्तकफवृद्धि, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, दुब्लाउने, विषविकार, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९५७. कफी अग्लो, **Tall Coffefbery Plant, *Rhamnus californica*** (Family : Rhamnaceae)

**चिनारी** : यो भूमध्यसागर क्षेत्रको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ६-१२ फिट अग्लो, सदाबहार हराभरा, पात चेप्टो, हरियो-सेतो फुल्ने, गोलाकार हरियो-रातो-कालो दानाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यो कफीको सट्टामा प्रयोग गरिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, मृदुरेचक, रक्तशोधक, पाचक, दर्दहर, कण्ठशुद्धिकर, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, दम, खोकी, पित्तवृद्धि, श्वासरोग, रक्तदोष, अपच, अरुचि, पेट दुख्ने-पोल्ने, मुखपाक, टन्सिल, गला-घाँटीका समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो/स्वरस ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९५८. करम विशालवृक्ष, हल्दुकाठ, हर्दीकाष्ठ, हलदुवा, **Big Adina Tree, *Adina cordifolia*** (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१५० फिट अग्लो, काष्ठ सख्त कडा पहेँलो रङको, पात १०-१५ अङ्गुल लामो र उति नै चौडा-गोलाकार, फूल पहेँलो रङको, गोलाकार फलभित्र ५ बीज तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद अति टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, कुष्ठघ्न, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, कलेजो/फोक्सो पोषक, मेदहर, अर्बुदहर, पित्तसारक, रक्तस्तम्भक, ज्वरनिवारक, सङ्ग्राहक, चर्मरोगहर, वातहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, रक्तविकार, ज्वर, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, पित्तवृद्धि, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, कामला, पत्थरी, घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, आमवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, उदररोग, अर्श, विषप्रभाव, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९५९. कसुर ठूलो सेते, श्वेतराजकसेरुक, **Big White Tiger Nut, White Bulrush Plant, *Scirpus* sp.** (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बिरुवा हेर्दा ठूलोमोथेझैं देखिन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, लामा भालाकार पात, डाँठमा सेतो फुल्ने मन्जरीमा पुष्प छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । यसको उपजरा र कन्द सेतो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द, उपजरा, बीज, फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अतिश्रमहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वातपुष्टिकर, सन्तानदायक, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजवीर्यदोष, कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, निःसन्तान, उदरशूल, ज्वर, तिर्खा, दाह, रक्तदोष, रक्तपित्त, पित्तकफवृद्धि, दम, खोकी,

जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, दुब्लाउने, विषविकार, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

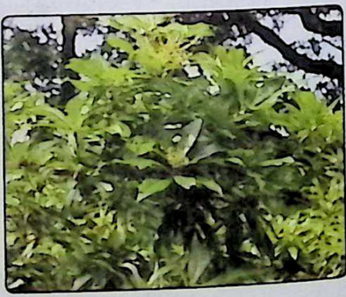
### ९६०. कत्रोकन्द, सरमूल, दिदानी, पिसार, कण्डियारा, Milkvetch Plant, *Astragalus lentiginosus* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, कपासी पात सेतो लाम्चो, प्याजी, रातो/कलेजी/बैजनी/सुनौलो वर्णको, थुङ्गामा फुल्ने, अण्डाकार चुच्चो रसिलो रातो फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, फेदमा गानो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कृमिमारक, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, वातहर, कफनिस्सारक, शोथघ्न, कफघ्न, वातपुष्टिकर, बलकारक, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदरशूल, गलित कुष्ठ, कफवृद्धि, दम, खोकी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, दाद, दुबी, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, हाडको रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसारोग, अर्श, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र कन्दस्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९६१. कालीसुनगाभो, Plantain Calanthe Orchid, *Calanthe plantaginea* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, ५-८ से.मि. अग्लो, छोटो डाँठ, ३०-६० से.मि.लाम्चो गाढा हरियो पात, फूल माथि सेतो तल निलो रङका फुल्छन् जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : समस्तभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, यक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९६२. कालीकाठ लेकाली, हिमअङ्गुटी, Blackwood Tree, Hill Kalikath Plant



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो पतझर, २०-५० फिट अग्लो, काण्डबोक्रा कालो, काष्ठसार सेतो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल सेतो, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, बोक्रा र फूल । स्वभाव बीज उष्ण र अन्यभाग शीतल स्वाद बीज परपराउने पिरो र अरुभाग तीतो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, कलेजो हितकारी, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, मधुमेह, उच्चरक्तचाप,

ज्वर, कामला, हेपाटाइटिस, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ९६३. काने कलेजी, काना, कंजुरा, कनकब्बा, Kane Nilo

**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ। यो झार कलेजी रङको, पात आयाताकार लाम्चो मांसल डाँठ नरम, जरा सेता-खैरा, तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो अमिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निकारक, पाचक, पित्तज्वरनिवारक, व्रणरोपक, नेत्ररोगरक्षक, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, जलन, डाहा, मुखपाक, नेत्ररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तविकार, ज्वर, चक्कर आउने, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने-दुख्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., केशर १-२ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, साग २०-५० ग्राम, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ९६४. काने कलेजी, रक्तकाना, लालकनकब्बा, Kane Liver Color Plant

**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ। यो झार रातो रङको, पात आयाताकार लाम्चो मांसल डाँठ नरम, जरा सेता-खैरा, तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो र अमीलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निकारक, पाचक, पित्तज्वरनिवारक, व्रणरोपक, नेत्ररोगरक्षक, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले उदर शूल, हृदयरोग, जलन, डाहा, मुखपाक, नेत्ररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तविकार, ज्वर, चक्कर आउने, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने-दुख्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., केशर १-२ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, साग २०-५० ग्राम, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### ९६५. कालीकाठच्याउ, ढुम्रीच्याउ, Black Wood Mushroom

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा पाइन्छ। यो बूढापाका कालीकाठका वृक्षहरूमा मिल्छ। यो कालो रङको ढुम्री आकारको र पहेँलो रङको डाँठ माथि कालो टोपीझैं रूखमै रहन्छ। यो चिप्लो हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, व्रणरोपक, क्षयरोग र हृदयरोगमा लाभदायक, विषघ्न, जीवनीयतत्त्वरक्षक, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, पित्तदोषनिवारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मुटुवात, दुबी, दाद, कुष्ठ, दम, खोकी, कलेजोरोग, श्वासरोग, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्क्रमणकारीरोग, मधुमेह, एच.आई.भी./एड्स, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका घाउ, विषप्रभाव, ज्वर, हृदयरोग, आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, क्षयरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ९६६. काउनो कालो, कागुनो, काककङ्गु, कंगनी, Black Foxtail Millet Plant, *Setaria italica* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो स्वास्थ्योपयोगी र सर्वोत्तम उपबासीहरूको फलाहार भोजनमा गनिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भालाकार, हरियो-पहैंलो फुल्ने, बालामा भुसभित्र कालो बीज हुन्छन् । दाना भात बढ्ने, पराल पर्ने, बीजले सहज पोषण दिने भनिन्छ । बीजभातमा माड बाक्लो, आडिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्णपेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने,अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा १३% प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट ६९%, रेसा २%, क्षार ३% र १२% आर्द्रता रहन्छ । **मात्रा** : दूध वा दहीमा भिजाएको ३०-५० ग्राम, चौलानीपानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा, नलरस १ गिलास, चामलमा दही र सक्खर घोल १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९६७. काउनो रातो, काङ्गनु, लालकंगनी, Red Foxtail millet Plant, *Setaria italica* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको पराल पशूले खुब मन पराउँछन् । यो स्वास्थ्योपयोगी र सर्वोत्तम उपबासीहरूको फलाहार भोजनमा गनिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भालाकार टुप्पो तिखो, हरियो-पहैंलो फुल्ने, बालामा भुसभित्र राता बीज हुन्छन् । दाना भात बढ्ने, पराल पर्ने, घाँसे राजाभारले सहज पोषण दिने भनिन्छ । बीजभात माड बाक्लो, आडिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा र ताजा नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शाररीक कमजोरी, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्णपेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, कब्ज, अर्श, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा १३% प्रोटिन, कार्बोहाइड्रेट ६९%, रेसा २%, क्षार ३% र १२% आर्द्रता रहन्छ । **मात्रा** : दूध वा दहीमा भिजाएको ३०-५० ग्राम, चौलानीपानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा, नलरस १ गिलास, चामलमा दही र सक्खर घोल १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९६८. काउनो पहैंलो, काङ्गनु, लालकंगनी, Yellow Foxtail Millet Plant, *Setaria italica* (Family : Poaceae)

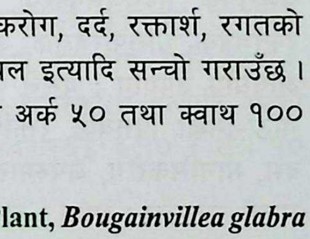
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । पराल पशूले खुब मन पराउँछन्, उत्तम खाना बन्ने हुनाले किसानहरू खुब खुसी हुन्छन् । यो स्वास्थ्योपयोगी र सर्वोत्तम उपबासीहरूको फलाहार भोजनमा गनिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भालाकार तिखे, हरियो-पहैंलो फुल्ने, बालामा भुसभित्र पहैंलो

बीज हुन्छन् । दाना भात बढ्ने, पराल पर्ने र सहज पोषण दिने भनिन्छ । बीजभात माड बाक्लो, आडिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, जरा र ताजा नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्णपेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, पेट पोल्ने, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** दूध वा दहीमा भिजाएको ३०-५० ग्राम, चौलानीपानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा, नलरस १ गिलास, चामलमा दही र सक्खर घोल १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ९६९. कागतफूल, बेगमबेली रातो, Paper Flower, Lesser Bougain Villea Plant, *Bougainvillea glabra* (Family : Nyctaginaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका ३००-१८०० मिटरमा पाइन्छ । यो मनमोहक सौन्दर्य र चमक ल्याउने रमाइलो सदा हराभरा रहने लता हो । यो विशाल झ्याङ ३०-१०० फिट लामो लहरो, काँडादार, दुवैतिर गएका अण्डाकार पात, फूल हल्का कागतसमान रातो वर्णको, बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो, हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रक्तरोग, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, अर्बुद, मधुमेह, पेट पोल्ने, मासिकअधर्म, मुखपाक, छालारोग, श्वासरोग, पिनास, मानसिकरोग, दर्द, रक्तार्श, रगतको कमी, अग्निमन्द, मुटुको अनियमित गति, रगत अशुद्धि र बाक्लोपन, कलेजो शिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९७०. कागतफूल गुलाबी, मदानीफूल, Pinkpaper Flower, Lesser Bougain Villea Plant, *Bougainvillea glabra* (Family : Nyctaginaceae)



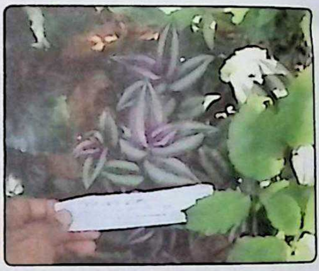
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका ५००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो मनमोहक सौन्दर्य र चमक ल्याउने रमाइलो सदा हराभरा रहने लता हो । यो विशाल झ्याङ ३०-१०० फिट लामो लहरो, काँडादार, दुवैतिर गएका अण्डाकार पात, फूल हल्का कागतसमान गुलाबी वर्णको, बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो, हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-

खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तस्राव, रक्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, अर्बुद, मधुमेह, पेट पोल्ने, मासिकअधर्म, मुखको छालारोग, श्वासरोग, पिनास, मानसिकरोग, दर्द, रक्तार्श, रगतको कमी, अग्निमन्द, मुटुको अनियमित गति, रगत अशुद्धि र बाक्लोपन, कलेजो शिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### ९७१. कागते खस्रो, कागते मित तीतो, Kagate Khasro Plant

**चिनारी** : यो चिसो हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात २-३ अङ्गुलको लाम्चो, फूल रातो फुल्ने, गेडा गोलो रातोभित्र तेलीय बीज, काण्डको बोक्राबाट पाट निक्लन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १/१ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ९७२. कानेझार छिर्केमिर्के, मखमली कानेझार, Makhamali Many Color Pointed Ear Plant

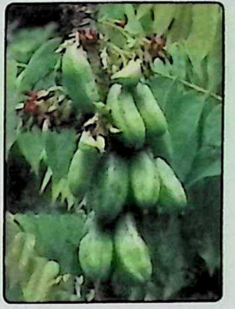


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात चेप्टो वा लाम्चो, प्याजी रातो र हरियो हुन्छ, ढुङ्गयान कान्लामा झ्याँगिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का अमिलो-मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, हृदयबलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, धातुपरिवर्तक, आक्षेपहर, उदरशुद्धिकर, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पित्तपत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, कब्ज, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पातस्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग/तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ९७३. कागज बाँसबाट बनेको, Paper From Bamboo Plant

**चिनारी** : बाँसबाट बनेको कागज पोलेर सेतो भस्म पारिएको उत्तम खरानीलाई कागजबाँस भस्म भनिन्छ। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, हृदयोत्तेजक, मूत्रनिस्सारक, ज्वरनाशक, दन्तरक्षक, पीडानाशक, पाचक, शोथघ्न, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम, खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, ठन्डिज्वर, मूत्ररोग, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, आमवात, छालाका रोग, सुन्निने, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ९७४. काँक्रोरूख, काँकरी पेड, कर्कफल, **Muhu Gua, Cucumber Tree, Kamias Leaves Plant,** ***Averrhoa bilimbi*** (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, संयुक्त पात लाम्चो चुच्चो दुबैतिर गएका संयुक्त पत्र, फूल बैजनी केशर सेतो, लाम्चो ठूलो फलभित्र गुदी सेतो र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो फल काँक्रोसमान हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव फलको शीतल र स्वाद फल मीठो र स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ॠतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल १०-३० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, स्वरस १०० मि.लि., काँढापानी १/१ माना ३-५ पटक ।

### ९७५. काँक्रो लाम्चो, कर्कटी, ककडी, काँकरी, **Snake Cucumber Plant,** ***Cucumis utilissimus*** (Family : Cucurbitaceae)

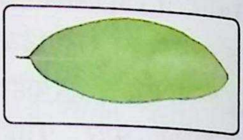
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी महिनामा रोपिन्छ र २-३ महिनामा खान तयार हुन्छ, १०-५० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, सुनौलो फुल्ने, फल बेलनाकारभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ॠतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, पाण्डु, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९७६. काँक्रो भदौरे, सर्पकाँकरी, **Snake Cucumber Plant,** ***Cucumis utilissimus*** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी महिनामा रोपिन्छ र २-३ महिनामा खान तयार हुन्छ, ५-१० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, सुनौलो फुल्ने, बेलनाकार फलभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ॠतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी,

अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, पाण्डु, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

**९७७. कागरूख, कौवावृक्ष, Litsea Plant, *Litsea japonica*** (Family : Lauraceae)

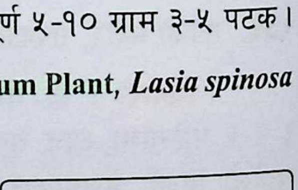


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा चिरस्थायी बोट, पात गुचुमुच्च चम्चाकार वा आयाताकार, पहेँलो-सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, स्नायूगतशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक विकार, रगतदोष, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**९७८. काँक्रो सेतो, सफेदसर्पकाँकरी, White Cucumber Plant, *Cucumis utilissimus*** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो गर्मी मौसममा रोपिन्छ र २-५ महिनामा खान तयार हुन्छ, १०-५० फिट लामो लहरा, पात पन्जाकार, सुनौलो फुल्ने, सेतो फल बेलनाकारभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

**९७९. काँडे पिडाउँ, कर्कलाकाँडे, पातीपातेकर्कलो, कण्टकचु, काटोश, Thwaites Enum Plant, *Lasia spinosa*** (Family : Araceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ३-५ फिट अग्लो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका लामो चुच्चे, फूल आन्द्रा बटारीएझैं उचो चुच्चो सुरिलो लामो, डाँठमा तीखा काँडा, फल घोगामा लामो हरियो पहेँलो पाकेपछि राता बीजहरू र जराहरू खैरा-पहेँलो-सेता लामो गानाहरू हुन्छन्। यसको कलिलो मुनाको साग र जराको तरकारी खाने चलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक,

ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, अग्निगोला, उदररोग, आउँपखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### ९८०. कालो मसिनुधान, Black Scented Nepal Rice, Kalo Masinu Dhan

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो धान नेपालको पुरानो अन्न बाली हो। यो धानको गाउँभरि नै बास्ना आउँछ। यो पहाडी क्षेत्रमा हुने प्रख्यात बास्नादार धान अचेल हराउँदै गएको छ। यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार सेतो हरियो-पहेँलो फुल्ने, बालामा बीज धान फल्ने, भित्र सेतो चामल र टुँणोसमेत हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, टुँडो, चामल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, वातहर, पित्तनाशक, अर्शोघ्न, रेचक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, कब्ज, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। सक्खर दहीसँग चामल भिजाएर खानाले गर्मी, पित्तरोग, कब्जियत हट्छ र शीतल गरी मिर्गौला र मुटुलाई लाभ पुर्‍याउँछ। यसको काच्चो चामल/खट्टेले पेट सफा पार्छ, खतरा कब्जियत खोल्छ। दाँत र आँत बलिया हुन्छन्। **मात्रा** : दही भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रोटी १-२ वटा, काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक।

### ९८१. काँको, थिब्रोमा काकोआ, कोका, Cocoa Tree, Cocoa Bean Plant, *Theobroma cacao* (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यसलाई चकलेटको रूख भनिन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लामा चुच्चा रेखाहरू भएको, फूल पहेँलो/सुनौला केशर हरियो पहेँलो, फल अण्डकार रातोभित्र तेलीय बीजहरू काला खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, बीज। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का टर्रो बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, बलकारक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ।

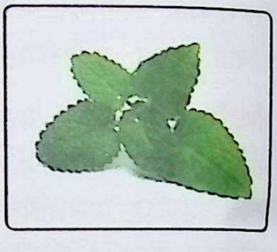
**औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, सुक्खा दम-खोकी, रक्ताल्पता, श्वासरोग, रजःवीर्यदोष क्षय, जलोदर, समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, निम्नरक्तचाप, रक्तरोग, मुटुको कमजोरीमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., फल १ वटा, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, फल काँचो चटनी-अचार र अन्यमा मिश्रण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ९८२. कालीमुन्टी पहाडी, कालोपाती, वनमासा सानो, Hill Ageratum Plant, *Ageratum conyzoides* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-सेतो फुल्ने, लुलो बोट जरा खैरो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, फोक्सोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, मधुमेह, रक्तस्राव, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन इत्यादिमा अचुक उपचार गरी सन्चो बनाउँछ । यो काटेको ठाउँमा पात माडेर लगाउँदा रगत रोक्छ । मिच्दा-माड्दा कालो दाग बस्छ, च्यापच्याप लाग्छ । आजकाल वायुपङ्खी चुल्होमा पकाउन गोबरसँग मुछेर इट्टाझैँ पारिन्छ र सुकाएर आगो बालिन्छ । यसले इन्धनमा पूर्ति गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र स्वरस १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

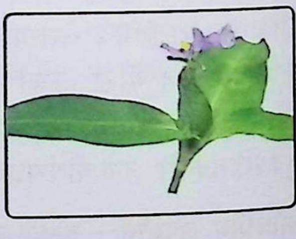
### ९८३. कागतीझार, चियाझाड, Lemon Balm Herb, *Melissa officinalis* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो चिप्लो चेप्टो बास्नादार, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लागेर पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद कागती बास्नाको, केही मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, पाचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, अरुचि, अपच, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### ९८४. कानपाते फूल, Ear Herb, *Commelina paludosa* (Family : Commelinaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, बेलनाकार पात लाम्चो चुच्चो कानजस्तै, निलो फूल सँगसँगै दुईवटा केशर सुनौलो फुल्ने, कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, हैजा, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** :

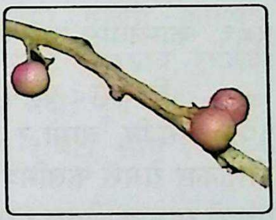


स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि.,रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, फल १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### ९८५. कालोजीरा गुलाबी ठूलो, घोडेज्वान, महातीतो जीरो, Purple **Fleabane Plant**, ***Vernonia anthelmintica*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल गुलाबी वा प्याजी फुल्छ, कालो तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अग्निकारक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, हिक्का, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, कोष्ठबद्धता, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, मुटुज्वर, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, सङ्ग्रहणी, छालाका समस्तरोग, शरीरका गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, कमलपित्त, अम्लपित्त, पेटका सबै जुका-चुर्ना परेको, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९८६. कालीगेडीरूख, काठचप्रा, कृष्णाजन्तु, मिरसिन, Cape Beech Plant, *Myrsine semiserrata* (Family : Primulaceae)



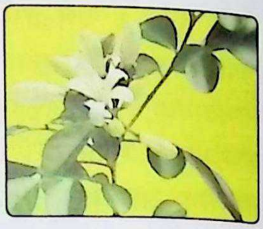
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-२५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १५-३० फिट अग्लो, पात चुच्चो चेप्टो, फूल नीलो, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय एक बीज, चोप निक्लन्छ । यसलाई हलुका काठ भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, चर्मरोगहर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको काठबाट सलाई वा आरी, ठेकी आदि भाँडाहरू बन्छन् । **मात्रा** : फल १-३ वटा, फूल अत्तर ३-१० थोपा, बीज ३-५ ग्राम, फलको लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना १-३ पटक ।

### ९८७. कात्रेकाँडा, दुर्वासालता, **Katre Kanda Plant, Durbasa Creeper**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट लामो काँडे लहरा, पात लाम्चो, फूल सेतो, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, अङ्गशोथ, गृध्रसी,

पक्षाघात, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, पत्थरी, पित्तरोग, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जरा थिचेर/कुटेर खाँदा पेटको बिमार, गानो-गोला, कब्जियत, एकदम बिग्रेको बेगार परेको पेट, पाचन-प्रणाली कमजोरमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १/३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ९८८. कामिनी, शुक्लसार, बिसर, Orangefurit Jasmine Tree, Box Plant, Yue Ju, *Murraya paniculata* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पहेँलो काठ, पात चेप्टो, सेतो फूल बास्नादार, अण्डाकार सुन्तला रङ्गको फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, चर्मसुधारक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, छालाका रोग, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कृमि, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक ।

### ९८९. काम्लेघाँस ठूलो लहरो, कर्मयोगलता, Use Plant, *Oreocnide frutescens* (Family : Urticaceae)

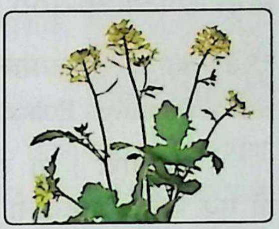
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात १०-१५ से.मि. लामो र ५-७ से.मि. चौडा दन्तुर, फूल बालामा हरियो-पहेँलो, गोलाकार रोमश फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो र मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर सुन्निएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, पखाला-आउँ, आन्द्राशूल, रक्तस्राव, आउँ, मासी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९९०. कागते सेतो, बड्डुवासफेद, Nepal Paper Daphne, *Daphne bholua* (Family : Thymelaeaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १६००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यसको बोक्रालाई उच्चकोटिको कागत बनाउन सकिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात ६-७ से.मि.लाम्चो, फूल ताराकार सेतो, फल अण्डाकारभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो केही चिप्लो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक,

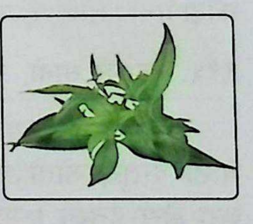
चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, ज्वर, त्रिदोषात्मकविकार, मुखका घाउ, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, अङ्गशोथ, अर्बुद, दर्द, सुन्निने, संक्रमणकारी रोग, चर्मरोग, रक्तविकार, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, यौनरोग, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो बोक्राको पाटबाट धेरै सामानहरू बन्छन् र कपडाउद्योग चल्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

९९१. कालीतोरी, प:का, कालमोहरी, लाही, राजक्षवक, कालतोरी, **Black Mustard or Turnip Plant,** ***Brassica nigra*** (Family : Brassicaceae)



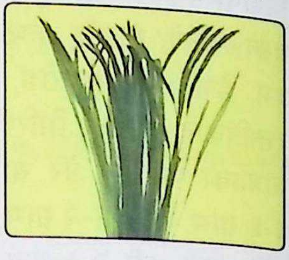
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-८ फिट अग्लो, पात खण्डित लाम्चो, फूल पहेँलो फुल्ने, कोसामा तेलीय बीजहरू काला, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव पात शीतल र तेल उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मृदुरेचक, रज:वीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलारोग, प्रदर, हाड भाँच्चिएको- खिइएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस २०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

९९२. कालमेघ चेप्टोपाते, कल्पनाथ, घोडसाँवा, **Bitter King Plant,** ***Andrographis paniculata*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, रोमश, पात चेप्टो, फूल सेतो बालामा केशर बैजनी, फल कोसामा भित्र मसिना तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका रोग, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रकस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९९३. काही, काई, कहीं, शैवाल, Eel Grass, Tape Plant, *Vallisneria spiralis* (Family : Hydrocharitaceae)

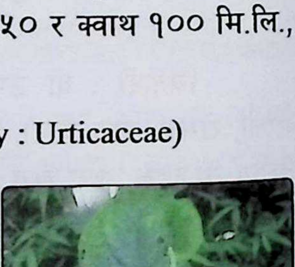


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो, फूल सेतो-पहेँलो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, सप्तधातुरक्षक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह मूत्रकृच्छ्र, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, सुन्निएको, अङ्गशोथ, दर्द, कफ समस्या, बिग्रेको घाउ, फोक्सोको अर्बुद जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग/तरकारी ३०-१०० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ९९४. कागुनो ठूलो, मालोकागुनो, बाजरी, Ornamental Pearl Millet Plant, *Pennisetum typhoides* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो एक वर्षीय अन्नबाली ८-१० फिट अग्लो मकैसमान हुन्छ । यसलाई मकैबोटमा मोती काउनु फल्ने भनिन्छ । यसको पात भालाकार-लाम्चो, फूल घोगामा फुल्ने कलेजी रङको, बीजहरू तेलीय वा पिठोयुक्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा र नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उदरशुद्धिकर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, पुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक, बलकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्रामा पुरानो मल सुकेको पत्थरी, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोग, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत, मधुमेह, अम्लपित्त, गर्मी-पित्तज्वर, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज/भुटेको पिठो दूधमा भिजाएर ३०-५० ग्राम, खट्टे/चिउरा ३०-१०० ग्राम, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ९९५. काम्ले सानो, नान गरङल्लो, Use Herb, *Boehmeria ternifolia* (Family : Urticaceae)



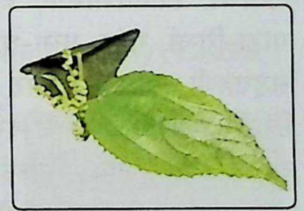
**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात खस्रो चप्टो दन्तुर, सोतो फुल्ने, पुष्प परिपक्व भएपछि मसिना तेलीय बीज पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो र मीठो अन्य भाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग,

आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको गेडाले कब्ज, अर्श, दर्द, अम्लपित्त, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त सन्चो पार्छ। यसको पातले वायुगोला, मोटो-भद्दापन, क्षयरोग, दम-खोकीमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ९९६. काम्ले रातो डाँठ हुने, लालगरङल्लो, Red Stem Boehmeria Plant, *Boehmeria cylindrica* (Family : Urticaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ रातो, पात खस्रो चेप्टो दन्तुर, हरियो-पहेँलो फुल्ने, पुष्प परिपक्व भएपछि मसिना तेलीय बीज पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोग, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, वायुगोला, क्षयरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### ९९७. काम्ले सेतो डाँठ हुने, सफेद गरङल्लो, White Stem Boehmeria Plant, *Boehmeria cylindrica* (Family : Urticaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-५ फिट अग्लो, डाँठ रातो, पात खस्रो चेप्टो दन्तुर, हरियो-पहेँलो फुल्ने, पुष्प परिपक्व भएपछि मसिना तेलीय बीज पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो मीठो अन्य भाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म**:यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोग, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, वायुगोला, क्षयरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

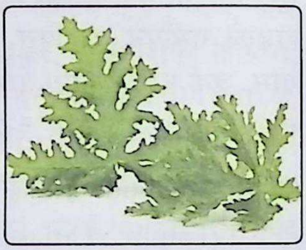
### ९९८. काउलो काठे पहँलो, कठेकउलो, Thick Bark Persea Plant, Kathekaulo Tree, *Persea* sp.

(Family : Lauraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार काला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फल, बीज र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, घोर कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुख्खापन, संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : पत्रस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक ।

### ९९९. काती त्रिशूलाकारपत्ते, कालधूप, Lemon Scented Geranium Plant, *Pelargonium citronellum*

(Family : Geraniaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कागती बास्नादार ३-१० फिट अग्लो, पात संयुक्त त्रिशूलाकार छिन्नभिन्न, फूल गुलाबी, जरा लाम्चो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो र पात/फूल तीतो र टर्रो बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, मुखपाक, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आम अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, छारे, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, अङ्गशोथ, अर्बुद, दर्द, सुन्निने, संक्रमणकारीरोग, चर्मरोग, रक्तविकार, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, यौनरोग, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०००. काभ्रो सेतो, श्वेतअम्लपत्रक, कपडो सेतो, काव्रो, Kavro– White Ficus Tree, *Ficus species*

(Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो सेता पालुवा मुन्टा झुप्पामा फक्रने, काष्ठसार सेतो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक,

रक्तशोधक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, सुस्वादिष्ठ, तृप्तिकारक, ज्वरनिवारक, बलवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, पेट दुख्ने, पोल्ने, गुल्म, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, अङ्गशोथ, दर्द, बिग्रेको घाउ, प्रदर, धातुरोग, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, रक्ताल्पता रक्तपित्त, रक्तस्राव, पेटको जलन, खराब रगत, आउँ-पखाला, त्रिदोषज विकार, मासिकअधर्म, सुजाक, पित्तज्वर, उच्चरक्तचाप, अजीर्ण-अरुचि, बेचैनी, कब्ज, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, कलेजोज्वर, मुटुको कडापन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बफाएको मुना ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पातस्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल र बीज ३-५ ग्राम, वटी २-४ वटा ३-५ पटक ।

### १००१. काफल ताजा बोक्रा, कट्फलछाल, कुस्पी, दिउराई, कायाफल, **Fresh Wax Myrtle Tree, *Myrica esculenta*** (Family : Myricaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो गाढा हरियो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय एक बीज, पुरानो वृक्षमा चोप निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : **ताजा** बोक्रा । स्वभाव उष्ण उत्तेजक स्वाद अति टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदनाशक, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, चर्मरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, बाँझोपन, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, आउँ, पखाला, सुजाक, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको इत्यादि अचुक सन्चो गराउँछ । यसको काठबाट आरी, ठेकी आदि भाँडाहरू बनाएर प्रयोग गरिन्छ । काफलचूर्ण १-३ ग्राम र मिश्री १५ ग्राम मासिकधर्मको पाँचौ दिनदेखि सातौं प्रातःकालसम्म खाली पेटमा निराहार खाँदा बन्ध्यत्वनाश भई गर्भ धारण गर्ने योग्य हुन सक्दछिन्, कमजोर प्रकृतिको स्त्रीले खानुहुन्न । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र क्वाथ ३० तथा अर्क १० मि.लि., काँढापानी/रस १/१ मुख, चोप/खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, वटी १ वटा १-३ पटक ।

### १००२. कागतीघाँस बैजनी, गन्धतृण, अगिनघाँस, **Lemon Grass, *Cymbopogon flexuosus*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, ठूलो गाँज, फूल बैजनी रङ्ग, चुच्चो परेको रातो तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा खैरा/सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया पिउने चलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १००३. कागतीघाँस मोटो पात, Chava, Fat Grass, Lemon Thick leaves Plant, *Cymbopogon* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, ठूलो गाँज, फूल बैजनी रङ्ग, चुच्चो परेको रातो तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आम अतिसार, पेट दुख्ने/ पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मानसिक रोग, अपस्मार, छारे-मृगी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया पिउने चलन छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १००४. कागभलायो, भ्याला, कौभल्ली, Crow Tree, Kag Valayo Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो, फूल हरियो-पहेँलो, फलमा तेलीय बीज, चोप निक्लने हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कपालरक्षक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, चर्मरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भाग गौमूत्रमा पाक गरी छालाका रोगमा लगाउने, कान पाकेमा कानमा राख्ने, सुन्निएको, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दाँत दर्द, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, आउँ-पखाला, सुजाक, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको काष्ठसार पोलेको कालो खरानीमा तीन-पाँच पाने अर्क मोलेर साँधेपछि बिजुली बारुद बनाउने प्रचलन छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, चोप/खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, वटी १ वटा १-३ पटक ।

### १००५. कार्नेसन फूल, Dainthus Plant, *Dianthus barbatus* (Family : Caryophyllaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो, गाँजिन्छ, फूल बैजनी/रातो/गुलाबी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पात, जरा । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का मिठो, परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, पाचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, मुखका घाउ, मृगी, छारे, अमस्मार, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड,

अरुचि, अपच, दिमागको गर्मी, कामला, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १००६. कागतीघाँस बास्ना नआउने रातो, खर, तृण, कुनीघाँस, Kunni Grass

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ रातो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, ठूलो गाँज, फूल बैजनी रङ्ग, चुच्चो परेको रातो तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक दोष, रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, उदररोग, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो घाँस र घर छाउने चलन छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १००७. कालमेघ बहुरङ्गी फुल्ने, भूमिनिम्ब, The Creat Herb, Green Chiretta Plant, *Andrographis paniculata* (Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल प्याजी वा बैजनी रङ्गीन फुल्ने, फल लाम्चो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, कृमिमारक, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, उदरकृमि, आउँ-पखाला, अर्श, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, अर्शोघ्न, गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन, रक्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। टुक्रा चुस्दा अम्लपित्त तत्काल घटाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. र स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम १-३ पटक।

### १००८. कागतीघाँस बास्ना नआउने सेतो, खर, कुनीघाँस, White Kuni Grass

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ सेतो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, ठूलो गाँज, फूल रङ्ग सेतो, चुच्चो परेको रातो तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा सेता हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, पित्तरोग, रगत विकार,

मुखका घाउ, थाइराइड, उदररोग, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो घाँस र घर छाउने चलन छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १००९. कागते गेडा भाले नफल्ने, कागते मित तीतो, Kagate Mit Plant

**चिनारी :** यो चिसो हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो फुल्ने, काण्डको बोक्रामा पाट निक्लन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कलेजो पुष्टिकर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसको सबै भागले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, आन्द्राको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, उदरशूल, अर्श, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राको खटिरो, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, चिप्लो आउँ गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १०१०. कालीकाठ कुलाचन, केचुवा बाउरी, अङ्गुटी, Blackwood Plant, *Glochidion hohenackeri* (Family : Phyllanthaceae)

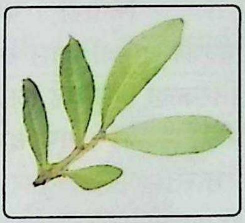
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो, फल थेप्चो गोलाकार खण्ड-खण्डपरेको पाकेपछि भित्र सुन्तला रङ्गका तेलीय बीज, चोप निक्लने हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल स्वाद तीतो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, कलेजो हितकारी, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, ज्वर, कामला, हेपाटाइटिस, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १०११. कालीकाठ बाङ्गी, 7 part of Fruit Blackwood Plant, *Glochidion velutinum* (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी :** यो चिसो हावापानीको १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो/चेप्टो गाढा हरियो, फूल पहेँलो फुल्ने, फल सातभागमा विभाजित थेप्चोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल, बीज र बोक्रा। स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, आन्द्राको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तदोष,

उच्चरक्तचाप, उदरशूल, अर्श, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राको खटिरो, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, उदरकृमि, चिप्लो आउँ, गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, बीज ३-५ वटा ३-५ पटक।

### १०१२. काकरसिङ्गी भाले, कर्कट, Pistachio Tree, Zebrawood Plant, *Pistacia khinjuk* (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो हिमालयको लेकतिर २०००-४००० मिटरसम्मका जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो छिप्पिएपछि भेडाका सिङ्गभैँ भेट्नुमा गाँठो रहन्छ र यसैलाई कीराको गुँड भनिन्छ, फूल रातो, फल साउनमा पाक्छ गोलो नीला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, वातहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपुष्टिकर, कण्ठशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, दम, खोकी, पिनास, फोक्सोशोथ, टन्सिल, गाँड, क्षय, जलोदर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०१३. कागते लोक्ता कालो, भुलु, कालबडुवा, Nepali Paper Plant, *Daphne bholua* (Family : Thymelaeaceae)

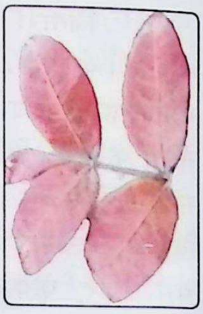
**चिनारी** : यो चिसो हावापानीको २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो ३/३ पातको झुप्पा लाम्चो चुच्चे, फूल रातो फुल्ने, फल पाकेपछि कालो गेडा तेलीय हुन्छ, काण्डको बोक्रामा पाट निक्लन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, आन्द्राको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, अर्श, उदरशूल, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, चिप्लो आउँ, गलाघाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १०१४. काफल पहेँलो बोक्रा हुने, Bay Berry Yellow Bark Tree

**चिनारी** : यो चिसो हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो, बोक्रा पहेँलो, पात लाम्चो, फूल हरियो पहेँलो फुल्ने, रसिलो फलभित्र एक कडा बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, वेदनानाशक, वातहर, कृमिमारक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, शोथघ्न, गर्भाशय सङ्कोचक, आक्षेपहर, रक्तरोगहर, रक्तस्तम्भक, मूत्रल, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, क्षयरोग, अर्बुद, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गर्भाशय

सुन्निने र खस्ने, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, टन्सिल, गाँड, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, उदरगानो, उदरकृमि, अर्श, गाँठा-गिर्खा, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, चिप्लो आउँ-पखाला, गला-घाँटीका रोग, गाँड, रक्तरोग, यौनरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र फल स्वरससुई ५ मि.लि., भस्म/खोटो आधा-एक ग्राम ३-५ पटक।

### १०१५. काकरसिङ्गी, कर्कटी, Pistacia–Terebinth Tree, *Pistacia palaestina* (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-५० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका लाम्चा, फूल रगत रातो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज र गुदी, बेलनाकार ढुम्रेसिङ निस्कन्छ जसलाई काकारसिङ्गी भनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, वातहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक, कण्ठशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, दम-खोकी, पिनास, फोक्सोशोथ, टन्सिल, गाँड, क्षय, जलोदर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, गला-घाँटीको समस्या, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०१६. कागफूली, ताराङ्ग, वृश्चिका, दारुणक, कागफुलाइ, Sumach Plant, *Toxicodendron hookeri* (Family : Anacardiaceae)

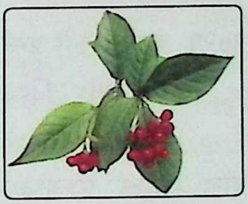
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ९००-१८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो पात चेप्टो, फूल हरियो/पहेंलो, फल गोलोभित्र तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, मेदहर, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, उदर कृमी, अनिद्रा, उन्माद, यौनरोग, गानो, रजःवीर्यदोष, आउँ-अतिसार, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, फूलस्वरससुई १०-२० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १०१७. काँइयो, कागियो, टकली, Comb Plant, *Pavetta indica* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-१२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो/पहेंलो/रातो, फल गोलाकार तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, वातहर, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर,

ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, दम, खोकी, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अम्लपित्त, अनिद्रा, उन्माद, क्षयरोग, मोटो-भद्दापन, उदरशूल, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, कामला, कब्ज, रक्तस्राव दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०१८. काउसे फूल, हिउँकाशी, White Flower Cotoneaster Plant, *Cotoneaster affinis* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १२००-२४०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो, रातो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, शोथघ्न, वातहर, व्रणरोपक, मेदहर, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, पाचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, उदररोग, त्रिदोषात्मक रक्तविकार, मुखका घाउ, छारे, अपस्मार, रुघा, अर्श, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, अरुचि, अपच, कामला, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, आउँ, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १०१९. काउसेफूल सानो, Evergreen Cotoneaster Plant, *Cotoneaster dammer* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, ४-७ फिट फैलिन्छ, डाँठ केही रातो, पात चेप्टो फूल सेतो, रातो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, शोथघ्न, वातहर, व्रणरोपक, मेदहर, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, उदररोगनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, पाचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, उदररोग, त्रिदोषात्मक विकार, मुखका घाउ, मृगी, छारे, अपस्मार, रुघा, अर्श, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, अरुचि, अपच, कामला, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १०२०. कालीदूधे लहरो, दूधुधाय्, कृष्णसारिवा, श्यामलता, Black Milky Creeper Plant, *Ichnocarpus frutescens* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने लता, १०-२० फिट लामो, दुधेबेलो, डाँठ कालो, पात चेप्टो लाम्चो, चैत-वैशाखमा फूल कञ्चन सेतो फुल्ने, फल अण्डाकार नीलो तेलीय बीज पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण प्रकृतिको

हुन्छ र स्वाद मीठो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, एचआईभी/एड्स, यौनरोग, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, दूध ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १०२१. कागे, रातो अस्ने, Ligadur (Am), Geranium Onion Color Flower Plant, *Geranium oxonianum* (Family : Geraniaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुका ३२००-४८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात संयुक्त पञ्जाकार छिन्नभिन्न १-३ फिट फैलिन्छ, फूल सेतो-रातो, फल लामो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू, खैरा जरा-उपजरा भुइँमा फैलिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्ररोगहर, रक्तशोधक, शोथघ्न, वाथहर, व्रणरोपक, मेदहर, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, पाचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार-रगत विकार, मुखका घाउ, मृगी, छारे, अपस्मार, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, अरुचि, अपच, कामला, पित्तरोग, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा खोटो-भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

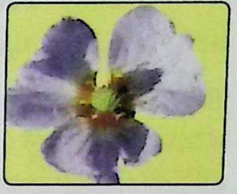
### १०२२. काउलो कालो, काल कउलो, Black Persea Tree, Kalpkauli Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ४०-५० फिट अग्लो, काण्डसार कालो, पात गाढा हरियो लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार काला फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फल, बीज र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदुरेचक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, घोरकब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुख्खापन, संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** पातस्वरससुई ५-१०

मि.लि., अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १०२३. कागखुट्टे, कौवापावपौधा, Crow Foot–Alisma, Lesser Water Plantain, *Baldellia ranunculoides*

(Family : Alismataceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार, सेतो-निलो, तीनपत्रे फुल्छ, अण्डाकार चुच्चो फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धीकारक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, पाचक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको, अर्श, रक्तातिसार र आउँ-पखाला, फुलेको-ढाडिएको मल ननिक्लेको आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चटनी/अचार/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग/उसिनेको/बफाएको २०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### १०२४. काउसो कलेजी फुल्ने, कौंच, केउछा, कपिकच्छु, Mucuna Purpleflower Plant, *Mucuna atropurpurea*

(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल कलेजी फुल्ने, विषालु झुसदार बेलनाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

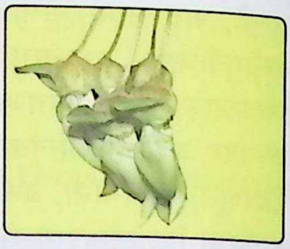
### १०२५. कागखुट्टे प्याजी, कौवा पावपौधा, Onion Color Water Plantain Plant, *Baldellia ranunculoides*

(Family : Alismataceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात भालाकार, प्याजी तीनपत्रे फुल्छ, अण्डाकार चुच्चो फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धीकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, पाचक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको,

अर्श, रक्तातिसार र आउँ-पखाला, पेट फुलेको-ढाडिएको आँखा कमजोरी आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चटनी/अचार/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग/उसिनेको/बफाएको २०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

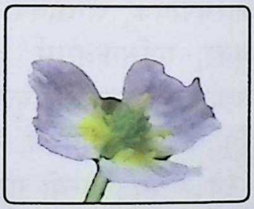
### १०२६. काउसोलता हरियो, हराक्रौंच, कपिकच्छु, Mucuna Rare jade Vinebean, *Mucuna gigantea* (Family : Fabaceae)



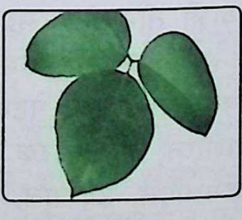
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-६० फिट लामो गाढा हरिया लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल चिलाउने भुस भएको बेलनाकार कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०२७. कागखुट्टे सुनौली, कौवा पावपौधा, Golden Water Plant, *Baldellia-ranunculoides* (Family : Alismataceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात भालाकार, पुष्पदण्ड लामो, फुलि आकारका सुनौलो तीनपत्रे केशर भएको निलो-सेतो फुल्छ, अण्डाकार चुच्चो फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पित्तहर, ज्वरनिवारक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, नेत्रज्योतिप्रदायक, पुष्टिकर, कब्जहर, अर्शोघ्न, अग्निकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, उदरशूल, गानोगोला, अरुचि-अपच, पित्तअधिकता, खतरा कब्जियत, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, आन्द्रा सुकेको, आन्द्रामा विजातीयद्रव्य लेसिएको, अर्श, रक्तातिसार र आउँ-पखाला, पेट फुलेको-ढाडिएको आँखा कमजोरी आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चटनी/अचार/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग/उसिनेको/बफाएको २०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।



### १०२८. काउसोलता कलेजी, मृगआँखे, झौवासिमी, कपिकच्छु, Mucunabean Plant, Dear Eye Bean, *Mucuna holtonii* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल कलेजी फुल्ने, फल चिलाउने भुस भएको बेलनाकार कोसाभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक,

पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१०२९. काउसोलता रातो, लालक्रौंच, लालझौवासिमी, रक्तकपिकच्छु, Mucuna Bean Red Flower, *Mucuna birdwoodiana* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल झुत्तोमा रातो फुल्ने, खाल्टाखुल्टी परेका अण्डाकार फल पाकेपछि पहेँलो रातो झुसे नरम काँडा भएको कोसाभित्र सेतो तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, वाजीकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

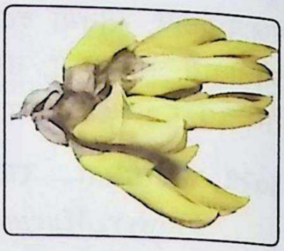
**१०३०. काउसोलता सुन्तले, नारङ्गीक्रौंच, स्वर्णकपिकच्छु, Mucuna Bean Orange Flower, *Mucuna bennettii* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल झुत्तोमा रगते-सुन्तले फुल्ने, फल झुसे कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१०३१. काउसोलता हरियो-पहेँलो-सेतो फुल्ने, हराक्रौंच, कपिकच्छु, Mucunabean Plant, *Mucuna stanleyi* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-५० फिट

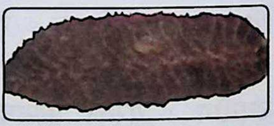
लामो गाढा हरियो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल हरियो-पहैंलो-सेतो फुल्ने, फल चिलाउने भुस भएको बेलनाकार कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज। स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, वेदनानाशक, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।



### १०३२. काउसो सेतो फुल्ने, बन्दुकुरी, दहीफूल, श्वेतक्रौंच, कपिकच्छु, Mucuna Velvetbean Plant, *Mucuna biplicata* (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल सेतो फुल्ने, विषालु भुसदार बेलनाकार फलभित्र सेता तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज। स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०३३. काउसो दहीफूल, क्रौंच, कपिकच्छु, Mucuna Kiwach Plant, Velvetbean, *Mucuna stenoplax* (Family : Fabaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरा, त्रिपत्रक पात चेप्टो, फूल सेतो फुल्ने, विषालु भुसदार बेलनाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज। स्वभाव शीतल उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड-ढाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०३४. काउनु ठूलो, ताँर, चिनाकोदी, चेनक, चीना रातो, टोसाजुट, चेंच, खेतपाल, Proso Red Millet, Bread Crops–Panicgrass, *Panicum miliaceum* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो फागुन-चैत्रमा छरिन्छ र जेठ-असारमा पाक्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चे, फूल खैरो बैजनी वा हरियो-पहेँलो फुल्छ, फल लामो बालामा तेलीय बीजहरू राता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गानो, कब्ज, प्रमेह, अर्श, रगतविकार, मुखपाक, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, कटिवात, क्षयरोग, पत्थरी, सङ्ग्रहणी, अम्लपित्त, कमलपित्त, दर्द, मूत्ररोग, शाररीक कमजोरी, हात्तीपाइले इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, नलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, रोटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, ढिँडो ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०३५. कालो काठेज्यामिर, कृष्णजम्बीरी, कालालरङ्गी, Rough Black Lemon Plant, *Citrus jambhiri* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १५-२० फिट अग्लो, बोक्रा कालो, पात लाम्चो चुच्चो बास्नादार, फूल सेतो फुल्ने, फल गोलाकार बाक्लो बाक्कलभित्र रसदार गुदी र तीतो तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र अमीलो, पात परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, पित्तजअर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल एउटा १-३ पटक ।

### १०३६. काठेमार्सीधान, गुण्टेमार्सी, मुण्डशालिधान्य, Mundashali Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ । यो धान वर्षादको पानीले खेती हुन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, प्रत्येक आँख्लाबाट एक पात निक्लन्छ, रोमश, पात लाम्चो भालाकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, टुँडोविनाको धान रातो भुप्पामा फल्छ । यो जेठ-साउनमा रोपेर असोज-मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्तन्यजनन्, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक,

रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तप्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, पेटका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### १०३७. काउलो लाम्पाते, कोपिले, Kopile Kaulo Lampate

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ३०-६० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो लाम्चो लाम्पाते, फूल अप्रकट, बोक्रा चिप्लो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फल, बीज र बोक्रा। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडरोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन-संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक।

### १०३८. कालीआँप, कृष्णआम, Black Sweetie, Black Mango Plant

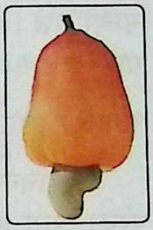
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो, नीलो वा पहेँलो/सेतो/रातो, फल अण्डाकार कालो बोक्राभित्र सुनौलो गुदी र भित्र कोयामा तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव फलको शीतल र स्वाद फल मीठो-स्वादिलो, अन्यभाग तीतो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, पत्थरी, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, पीरोको असर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, फल १-३ वटा, बीज १ वटा, फलस्वरससुई १०-२० क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### १०३९. कागती, नींबु, कागजी, Lemon Tree, *Citrus limon* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो बास्नादार, फूल सेतो फुल्ने, फल अण्डाकार सुनौलो बोक्राभित्र केस्रामा रसदार गुदी र तीतो तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र अमीलो,

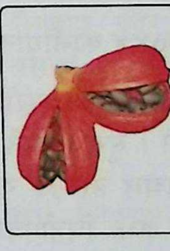
पात केही तितो र परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गोला, तनाव, पत्थरी, हैजा, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, दाद, दुबी, दादुरा इत्यादि सन्चो बनाउँछ । मुखको बेस्वादमा तिक्खर पार्छ । **मात्रा** : फल स्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि.,रस/काँढापानी १ मुख, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल एउटा ३-५ पटक ।

### १०४०. काजु, अग्निकृत, Cashewnut Tree, *Anacardium occidentale* (Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लामो फराकिलो नसा-रसा दायाँ-बायाँ गएका, फूल सेतो-रातो, पहेँलो रातो वर्णको डल्ला फलभित्र घिउयुक्त तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, वाजीकर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, वातहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, पुष्टिकर, बुद्धिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गर्मी पित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटु कमजोरीमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, हड्डीवाथ, धातुस्राव, रजवीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुख्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० वटा, चूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०४१. काजु पहाडी, वनरूखबदाम, Hill Sterculia Coconut, Poon Tree, *Sterculia foetida* (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १००-१३० फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो चुच्चो झुप्पोमा, चैत-वैशाखमा फूल पहेँलो-रातो फुल्ने, चेप्टो रातो फल घिउयुक्त तेलीय बीज पाक्छन्, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण प्रकृतिको हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । चोपले कुष्ठ, दाद, दुबी, गाँठा-

गिर्खा, सुन्निने, आमवात, दर्दमा लाभ गर्छ । **मात्रा :** बीज १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, दूध वा चोप ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१०४२. काउनु लामो घोगो ठूलो, ठूलो कागुन, चीना, बडी कौनु, Hog Millet Plant, *Panicum miliaceum***
(Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात भालाकार चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल लामो घोगामा गोलो गेडाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, नल बीज । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो त्रिदोषशामक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, रजःवीर्यदोष, जलन, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, कब्ज, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको नल-डाँठ गुलियो हुन्छ । चुस्दा अम्लपित्त, कमलपित्त र आन्द्राको घाउ सन्चो गर्छ । **मात्रा :** ढिँडो ३०-५० ग्राम, भुटेको ५०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दहीभात ५०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१०४३. कालोऊखु झुसे, काललिख, Black Sweet Sugarcane Plant**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, झुसे, काण्डमा आँख्ला परेका, पात लामा भालाकार धारिलो, सेतो फुल्ने जरा र उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** काण्ड र जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद गुलियो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, पित्तनाशक, हृदयहितकारी, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, वातनाशक, रक्तदोषहर, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उदरशूल, पेटका समस्त रोग, गानोगोला, दुब्लोपन, हाड कम्पज्वर, हड्डीवात, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, कटिवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खुदो १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

**१०४४.कालीधान डल्लो, Kalo Dalle Dhan, Black Goal Rice**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धान नेपालको पुरानो अन्न बाली हो । सुगन्ध दिने यो धान नेपालका धेरै जिल्लामा लगाइन्थ्यो । यो पहाडी क्षेत्रमा हुने प्रख्यात बास्नादार धान अचेल हराउँदै गएको छ । यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । यो कालीधान डल्लोभित्र कालो पत्र र अझ भित्रीपत्रमा सेतो चामल हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात साँगुरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, जलन, पित्तपखाला, पित्तवृद्धि,

पेट पोल्ने, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दहीभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १०४५. कालीधान कालै चामल बास्नादार, Kali Dhan, Inside and out side scented Black Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धान नेपालको पुरानो अन्न बाली हो । सुगन्ध दिने यो धान नेपालका धेरै जिल्लामा लगाइन्थ्यो । यो पहाडी क्षेत्रमा हुने प्रख्यात बास्नादार धान अचेल हराउँदै गएको छ । यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । यो कालो धानभित्र कालो पत्र र अझ भित्रिपत्र कालो चामल हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, जलन, पित्तपखाला, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, कपाल झर्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, मानसिक रोगी, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १०४६. काष्ठगोधा, ओढ्ने-ओच्छ्याउने ठूलो पात, Kasthagodha Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात घैंटोसमान एउटा मानिस आरामसँग सुत्न सक्छ, फूल सेतो, फल गोलाकार, बीज तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको जराले कपाल कालो पार्छ र रौं झर्दैन । यसको फलको तेलले चाया हटाउँछ र केशलाई रक्षा गर्छ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

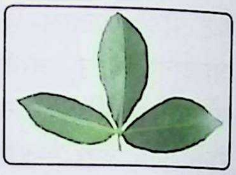
### १०४७. काउसी लहरो ठूलोगेडा, बल्ड्याङ्ग्रा, सुठम्या, खाजकुइरी, दधिपुष्पी, Curd Flower, Negrobean, *Mucuna monosperma* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, विशाल भ्याङ बहुवर्षीय लहरो हो । यो पराश्रयी लता, यो ५०-१०० फिट लामो लहरो, त्रिपत्रकपाते चेप्टो संयुक्त, फूल दहीसमान सेतो झुत्तोमा फुल्ने, झुसिलो रौंले भरिएको खैरो कोसाभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । भाद्र-असोजतिर फल रातो कोसामा छिरबिरेभित्र ४-५, दाना दुई देउली पत्र सेतो हुन्छ र मंसिर-पुसमा पाक्दछ । यो काच्चोमा धेरै खाए मात

लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, पुष्प र जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो धातु-उपधातुशोधक, अर्बुदहर, वाजीकर, रसायन, जीवनदायक, पुनर्यौवनस्थापक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, वातपुष्टिकर, हृदयहितकारी, मदकारक मानिन्छ। यो पञ्चगव्य वा शास्त्रीयविधिले शुद्ध गरी खानुपर्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, कटिवात, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, मधुमेह, मुख-जिब्रो पाक, अम्लपित्त, धातु-रक्तस्राव, असाध्यरोग, अर्बुद, त्रिदोषजविकार, सर्पदंश, दाग, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, सर्वाङ्वात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, बीजस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, तेलमालिस ३-५ पटक।

### १०४८. कालीमरिच काँडे वनेलुलता, मिलाकरणीलता, जङ्गलीमिर्चकण्टक, Toon Creeper Plant, *Toddalia aculeata*

(Family : Rutaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, त्रिपत्रक, पात चेप्टो-लाम्चो, हरियो-पहेँलो फूल, फल गोलाकार हरियो रातो हुँदै कालो भएर पाक्छ, बीज तेलीय हुन्छ। यो बास्नादार र पीरो लता हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-पीरो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, गलग्रन्थिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम-खोकी, फोक्सो र श्वरनलीशोथ, अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषजविकार, क्षय, जलोदर, पिनास, दम, खोकी, रक्तदोष, आमवात, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, चिसो-रुघा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-३ ग्राम, पात लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ मुख, वटी १-२ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

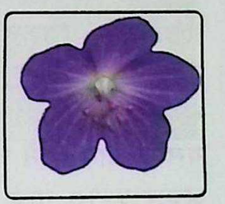
### १०४९. काभा-काभा, पिप्लीसेतो, कावा, आभा, चाभ, चब्य, Cava Cava Plant, *Piper methysticum*

(Family : Piperaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, पराश्रयीलता, वहुवर्षायु सुगन्धदायक, २०-१०० फिट लामो लहरो, हृदयाकार पात पानआकारको चेप्टो, फूल सेतो, जरा २-३ फिट गहिरो जान्छ, फल सेतो लाम्चो, फल सानो गोलोमा मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पीरो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, कामोद्दीपक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, वलकारक, त्रिदोषशामक, स्वेदकारक, गलग्रन्थिरोगहर, वेदनानाशक, रसायन, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, रक्तरोग, कफजन्य आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, हैजा, गृध्रसी,

विषप्रभाव, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, कफग्रस्त दम- खोकी, जोर्नीवाथ, मधुमेह, अर्श, मुख-जिब्रो पाक, अम्लपित्त, हाड-ढाडदर्द, उदरशूल, कफग्रस्त दम-खोकी-चिसो-रुघा-पिनास, चर्मरोग, कृमिरोग, मन्दाग्नि, आमवात, कफ-वातज्वर, कण्ठ-गला सुन्निएको, वायुगोला, धनुषटङ्कार, गृध्रसीवात, निम्नरक्तचाप, भृङ्गीरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, बीज १-२ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फल १-३ वटा ३-५ पटक ।

१०५०. कागेसुर्ती, अम्मली, धुम्रपानी, **Spor Chung (Am), Meadow Geranium, *Geranium pratense*** (Family : Geraniaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुका २२००-४७०० मिटरमा पाइन्छ। यो साउन-भदौमा नीलो फुल्छ र कार्तिकतिर पाक्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार चारैतिर फैलिएको छिन्नभिन्न, फूल नीलो, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, शोथघ्न, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, फोक्सोपुष्टिकर, अर्बुदहर, वेदनानाशक, पित्तज्वरनिवारक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर, वातहर, कर्णरोगनाशक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, रक्तस्राव, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, कानरोग, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुवी, दाद, कुष्ठ, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, अर्श, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकार, रक्तपित्त, मधुमेह, सुजाक, चर्मरोग, समस्त ज्वर, मोटोपन, पत्थरी, अधिकपित्त, कमलपित्त-हेपाटाइटीस, अम्लपित्त, उदरकृमि, अङ्गशोथ, रक्तरोग, दम-खोकी, बहिरोपन, गृध्रसी, कटिवाथ, फोक्सो रोग, आँखा समस्या, जोर्नीवाथ, पेट दुख्ने आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., पातस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

१०५१. कालीमरिच, मत मलय, गोलमरिच, **Black Pepper Plant, *Piper nigrum*** (Family : Piperaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने पराश्रयी लता हो । १८०० मिटरसम्मको पहाडी हावापानीमा खेती गर्न सकिन्छ । यसको पात चेप्टो-लाम्चो चुच्चो, हरियो-पहेँलो फूल, गोलाकार हरियो रातो हुदै कालो भएर पाक्छ, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यो बास्नादार पीरो लता हो । यो महङ्गो मसलामा गनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र पीरो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, गलगन्थ्रीहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले दम-खोकी, फोक्सोशोथ, मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, क्षय, जलोदर, दम-खोकी, रक्तदोष, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ, पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-३ ग्राम, पात लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ मुख, वटी १-२ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५२. कापु रातो भालाकारपाते, चुर्की, पहरेअमिलो, Arrowleaf Red Flower, *Rumex hastatus*
(Family : Polygonaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार, फूल रातो फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको साग खाने चलन छ । **मात्रा** : पातस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५३. कानेच्याउ, कर्णिका, Ear Mushroom

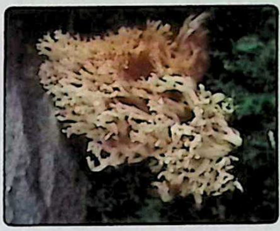
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मानिसको कान आकारको हुन्छ । यो प्रायः सुकेको चिलाउने र सिउँडीका रूखमा बर्सादतिर गोलाकार ३-५ अङ्गुल अग्लो, सिन्दुरे रङमा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । कानमा दुख्ने, कान पोल्ने, कान चिलाउने आदिमा भिजाई निचोरी दिनको २/३ पटक राख्नुपर्छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा/तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५४. कालीकाठ चेउ, गौवा च्याउ, Kalikath Mushroom

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो असोजमा सुकेको कालीकाठमा उम्रने ३-५ अङ्गुल उचाइको गौवा आकारको वा गाईथुने च्याउ केही दिनमात्र रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात,

यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत कमजोरी, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, धातुस्राव, रगतविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५५. काउलीच्याउ, **Kauli Chyau, *Ramaria flava*** (Family : Gomphaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सेतो रङको काउलीसमान वैशाख-साउनतिर फलाँट/चौलाने/बाँझका सुकेका रूख नजिक भुइँमा ८-१५ दिन देखापर्छ र हराउँछ । यसो हेर्दा काउलीजस्तो देखिने बर्सात्मा मिल्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ ।

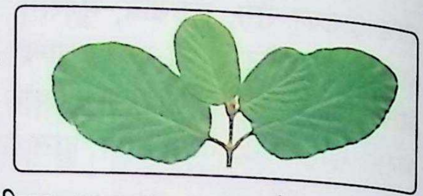
**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, प्रदर, धातुस्राव, रजवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५६. काठेच्याउ कालो, कनकाटाच्याउ, **Kathe Chyau Kalo, Wood Black Mushroom**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो प्रायः रूख मरिसकेपछि पलाएर बढदै गई जाँतोसमान हुन्छ । वर्षदिनसम्म वृद्धिक्रम जारी रहने सालभर फेरि बढ्दैन, तेस्रो वर्षभरिमा सडिसक्छ । यसको आयु २ वर्षको हुन्छ र टर्रो दुधिलो रूखको उत्तम औषधि भनिन्छ । जस्तो रूखमा उम्रन्छ उस्तै गुण-धर्म-शक्ति आएको हुन्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, मुटुको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, पत्थरी, जलोदर, आन्द्राको गिर्खा, मोटोपन, कुष्ठ, मुसा निक्लने, पिलो आउने, शरीरको कडापन, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०५७. कामगी, विताना, कैम, Kaim Tree, *Mitragyna parvifolia* (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ५०-१०० फिट अग्लो, पात फराकिलो लाम्चो केही चेप्टो, फूल सेतो/हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय लाम्चो बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, यकृतहितकारी, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, विरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीज १०-२० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १०५८. काँशमर्दनीर, कसौँडी, काशनीनीलो, कसौंदी, Chicory Blue Plant, Succory, *Cichorium intybus* (Family : Asteraceae)

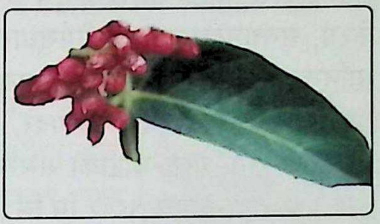
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लामो मुलायम भालाकार दन्तुर, फूल निलो, लाम्चो फलभित्र तेलीयहरू, जरा गहिरो लाम्चा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो चिप्लो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ॠतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेको, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, हड्डीवाथ, धातुस्राव, रजवीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, मलेरियाज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको साग खाने चलन छ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १०५९. काँशनी बीज तेल वा घिउ, चिकोरी, काँशमर्द, Ghee Chicory Plant, Succory, *Cichorium intybus* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, मुलायम पात भालाकार दन्तुर, फूल घिउ रङको, फल लाम्चो कोसामा भित्रघिउयुक्त बीजहरू, जरा गहिरो लामो खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज घिउ । स्वभाव शीतल शामक र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ॠतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले

समस्त रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, हृदय-मिर्गौला सुकेको, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचन प्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, मलेरियाज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : तेल वा घिउ २० मि.लि. र मालिस ३-५ पटक ।

**१०६०. कानुस्पा, बकुम्बा, खानक्पा, Khanakpa Tree, *Tetradium fraxinifolium*** (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १०००-२४०० मिटरमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका लाम्चो ठूलो नसा रेसा धेरै भएको, फूल हरियो-पहेँलो/सेतो/रातो, फल चारभागमा डल्लोभित्र चार तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, वातहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, कण्ठशोधक मानिन्छ ।

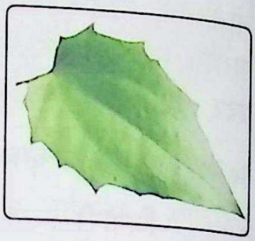
**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, दम, खोकी, पिनास, फोक्सोशोथ, टन्सिल, गल-गाँड, क्षय, जलोदर, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, अपच, हैजा, आउँ-पखाला, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, गला-घाँटीको समस्या, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१०६१. काँक्रो मादले नेपाली सुनौलो, पीतकर्कटी, बडीखीरा, त्रपुस, Himalayan Yellow Cucumber Nepali, Cucumis Nepali**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो फागुनमा रोपिन्छ र मङसीरमा १०-२० किलोको ३ महिना थाँक्रामा रहन्छ । यो १०-५० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, सुनौलो फुल्ने, मादलजत्रो फल लाम्चो डोलो ठूलो, भित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०६२. काकिनी, काकादनी नीलो, नीललता, काकनाशा, Blue Sky Vine, *Thunbergia coccinea* (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता वर्षायु, पात चेप्टो केही लाम्चो मुलायम, लमतन्ने लहरोमा नीलो फूल पञ्चपत्रक, फल कोसा भुसेभित्र कडा तेलीय बीज ३-६ वटा कागको चुच्चोसमान कालो आँखाका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज टर्रो र जरा मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथहर, केश्य, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, गर्भविकार, अपस्मार, राजयक्ष्मा, दम, खोकी, सुन्निएको, घाउ-खटिरा, बाँझोपन, जलोदर, कपालरोग, श्वासरोग, मृगी, शिरोरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गशोथ, गलग्रन्थि रोग, गला-घाँटीको समस्या, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १०६३. काकिनी रातो, रक्तलता, लालकाकनाशा, Red Kakadani Vine, *Thunbergia coccinea* (Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता वर्षायु, पात चेप्टो वा गोलाकार-पञ्जाकार मुलायम, रातो वा सुन्तले फूल पञ्चपत्रक, फल कोसा भुसेभित्र कडा तेलीय बीज ३-६ वटा कागको चुच्चोसमान रातो आँखाका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र जरा । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज टर्रो-जरा मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथहर, केश्य, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, गर्भविकार, अपस्मार, राजयक्ष्मा, दम, खोकी, सुन्निएको, घाउ-खटिरा, बाँझोपन, जलोदर, कपालरोग, श्वासरोग, मृगी, शिरोरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गशोथ, गलग्रन्थि रोग, गला-घाँटीको समस्या, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १०६४. काल्चे कलेजी, काकोली, काकिनी, पोषकवनस्पति, Himalayan Fritillary, Chuan Bei Mu, *Fritillaria cirrhosa* (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीका ३०००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात भालाकार, कलेजी वर्णको घण्टीभैँ फुल्ने, फलभित्र सेता तेलीय बीज, जरा सेता हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, अग्निकारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, बुद्धिवर्धक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, निःसन्तान, मन्दाग्नि, आन्द्राका घाउ-खटिरा,

पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, रक्तविकार, गृध्रसीवात, मेरुदण्डदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०६५. काल्चे गुलाबी, काकोली, काकिनी, पोषकवनस्पति, **Himalayan Fritillary, Chuan Bei Mu,** ***Fritillaria cirrhosa*** (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो ३-५ हजार मिटरका हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात भालाकार, छिर्केमिर्के वा विभिन्न वर्णको घण्टीभैं फुल्ने, बाटुलो फलभित्र सेता तेलीय बीज, जरा सेता हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रोचक, अग्निकारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, ब्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, बुद्धिवर्धक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, रक्तवर्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, निःसन्तान, मन्दाग्नि, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कफज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, रक्तविकार, गृध्रसीवात, मेरुदण्डदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०६६. काकादनी सेतो लहरो, श्वेतकाकनाशा, **White Kakadani Vine,** ***Thunbergia coccinea*** (Family : Acanthaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता वर्षायु, पात चेप्टो वा गोलाकार-पञ्जाकार मुलायम, सेतो फूल पञ्चपत्रक, कोसा भुसे फलभित्र कडा तेलीय बीज ३-६ वटा कागको चुच्चोसमान सेतो आँखाका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र मूल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद बीज टर्रो र जरा मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथहर, केश्य, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ ।

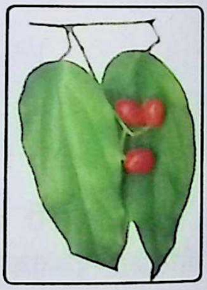
**औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, गर्भविकार, अपस्मार, राजयक्ष्मा, दम, खोकी, सुन्निएको, घाउ-खटिरा, बाँझोपन, जलोदर, कपालरोग, श्वासरोग, मृगी, शिरोरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गशोथ, गलग्रन्थिरोग, गला-घाँटीको समस्या, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १०६७. काकोली काली, काकिनी, पोषकवनस्पति, Himalayan Fritillary Plant, Chuan Bei Mu, *Fritillaria cirrhosa* (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो झार, पात भालाकार, हरियो-पहेँला घण्टीझैँ फुल्ने, फलभित्र सेता तेलीय बीज, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रोचक, अग्निकारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, बुद्धिवर्द्धक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, निःसन्तान, मन्दाग्नि, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कफज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, रक्तविकार, गृध्रसीवात, मेरुदण्डदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०६८. कानेलहरो, लताकाने, कर्णलता, Tapering Leaf Tiliacora Plant, *Tiliacora acuminata* (Family : Menispermaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धेरै झ्याङ्गिन्छ र सदा हरियो रहन्छ । यो १५-३० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो चुच्चो, यसको फूल हरियो-पहेँलो फुल्छ । यसको अण्डाकार राता-पहेंला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद : तीतो-टर्रो हुन्छ, फल पाकेपछि गुलियो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वामक, ज्वरनिवारक उदररोगहर, वातव्याधिहर, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, अम्लतानाशक, रक्त-पित्तनाशक, रक्तशोधक, क्षयनाशक, व्रणरोपक, मेदहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, सङ्ग्राहक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, यौनरोग, गानो, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरकृमि, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, अर्श, ज्वर, पित्तदोष, खोकी-दम, मर्किएको-ठोक्किएको, पक्षाघात, सन्धिशोथ, उदरकृमि, अजीर्ण, गानो, सुन्निएको, आमवात, गृधसी, रक्तरोग, गर्भाशय झर्ने र खस्ने, जलोदर, क्षय, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो वा लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र पुष्पस्वरससुई ३-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-५ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

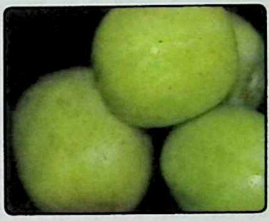


### १०६९. काफल नफल्ने भाले, अखजी कफेले, थारो काफल, Non-Fruiting and Flowering Wax Myrtle Tree

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात सानो लाम्चो, बोक्रा खस्रो फुस्रो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक,

ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, पिनास, कटिवात, गृध्रसी, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, छालाको दाग, मोटोपन, सुन्निएको, भिरङ्गी-फिरिङ्गी, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, विजातीय-त्रिदोषजविकार, श्वासनलीरोग, फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, गर्भाशय झर्ने र शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, शारीरिक दर्द, पेट डम्म-ढुस्स, फोक्से मासु लाग्ने, जलोदर, क्षय हर्षा, आम, अतिसार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-५ रत्ती ३-५ पटक ।

### १०७०. काँक्रो डल्ले कागती बास्नाको, गोलककडी, **Lemon Scented–Cuke Cucumber Plant**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, सुनौलो फुल्ने, फल डल्लोभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो कागती बास्नाको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ॠतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी-पत्थरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानो-गोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०७१. काँक्रो घुम्रेको, लम्बेकाकडी, सर्पककडी, **Cucumber Plant, *Cucumis utilissimus*** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरा, पत्रदण्ड रोमश, पात गोलाकार, सुनौलो फुल्ने, फलभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ॠतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, विषदोष, शुष्कगर्भ, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ ।

**मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा/साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, बीजचूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०७२. कागजजाली, कागजाली आलु, शक्तिशाली कन्दमूल, Kagajjali, Himalayan Paper Flower–Potato

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३०००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात गोलाकार, फूल कागजसमान सेतो फुल्ने, जरामा आलु फल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । स्वभाव शीतल शामक र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, आमवात सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १०७३. कागती बास्नाको घाँस, सोतीघाँस, गन्धतृण, Lemon Scented Oil Grass, *Cymbopogon jwarancusa* (Family : Poaceae)

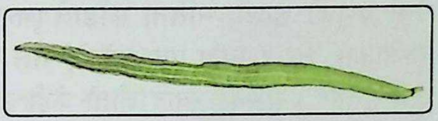
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, बहुवर्षीय बास्नादार, पात भालाकार, फूल हरियो-पहेँलो, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद बास्नादार मिठो-हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, विषनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्श, कफवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, मुखपाक, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, रक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, मानसिक समस्या, पित्तरोग, क्षयरोग, पत्थरी, रुघा-पिनास, कफ-खोकी, दर्द, चर्मरोग, फोक्सोज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, पातस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १०७४. कापु थारो, अम्लरसबुटी, चलमडो सफेदी, Kapu No Flower and Fruits, *Rumex* sp. (Family : Polygonaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो नयाँ पहिरो/सुक्खास्थानमा मिल्छ । यो वैशाखमा पलाउँछ र मंसिर-पुसमा बिरुवा हराउँछ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, नफुल्ने-नफल्ने हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका

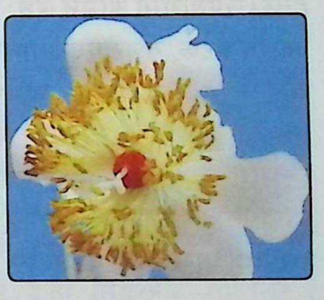
समस्त रोग, गर्मी गानो, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### १०७५. काँक्रो चिचिण्डे, चीणा कर्कटिका, Snake Gourd Cucumber, *Trichosanthes cucumerina* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, फूल सेतो, फल २-३ फिट लामो, टाटेपाटे फलभित्र सेतो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, मज्जावर्द्धक, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नक्तचाप, रजःवीर्यदोष, पेट पोल्ने, प्रदर, उदरशूल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, चिरा १-३ वटा, तरकारी २०-५० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १०७६. काठचम्पा, सूलतानचम्पा, पुन्नाग, Balltree Tree, *Calophyllum inophyllum* (Family : Calophyllaceae)



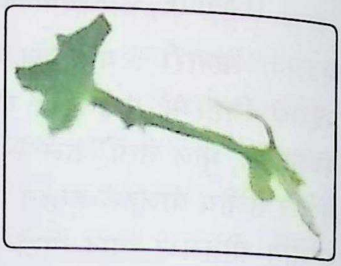
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ४०-६० फिट अग्लो, पत्र ३-५ अङ्गुल, डिम्बाकृतिका, केशर सुनौलो फूल सेतो फुल्ने, फल गोलोभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, तेल। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, पीडानाशक, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, रोगप्रतिरोधात्मक, घ्राणशक्तिवृद्धिदायक, अर्शोघ्न, चर्मसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, धनुर्वात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, कुष्ठ, दुबी, दाद, कर्णपाक र कान नसुन्निने, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कडा छाला र दाग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास २-३ पटक।

### १०७७. काकजङ्गा कीट, मसीकीट, मसीकीरा, Ink Insect, House Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, वनस्पतिको गाँठोमा बस्ने कीरा हाँगाभित्र रहन्छ र गाँठ बनाउँछ। यो गाँठोलाई औषधिमा प्रयोग गरिन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तविकारहर, व्रणरोपक, रक्तपित्तनाशक, ज्वरघ्न, कृमिमारक, वाधिर्यनाशक, शोथहर, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अर्श, सुक्खारोग, ज्वर, त्वकविकार, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा,

कण्डू, कानको रोग, दम, खोकी, क्षयरोग, जलोदर, पेटका कृमि, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोटो/भस्म/चोप/चूर्ण १-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### १०७८. काँक्रीगोठाले, ग्वालककडी, वनकाँक्री, अगमकी, बिलाडी, Pennywort–Weed, Bristly Bryony, *Mukia scabrella* (Family : Cucurbitaceae)

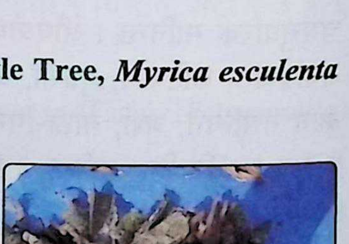


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो रौँदार, वर्षाकालमा उम्रन्छ, सेतो वर्णको लहरो, मसिना काँडालेयुक्त, काण्ड र हाँगा पातलो-मसिनो, पात पञ्जाकार, नर र मादा पुष्प पहेँलो, फल पाकेपछि रातोभित्र ५-८ तेलीयबीज र गुदी हुन्छन्। यसको स्वाद तीतो केही टर्रो-मिठो-परपराउने र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, कृमिमारक, स्वेदक, वामक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, स्त्रीधर्मपालक, प्रमेहहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, आउँ-पखाला, पेटका जुका, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पत्थरी, मिर्गौला सुक्खापन, अर्श, दाह, पेटको जलन, मधुमेह, अम्लपित्त, कामला, सुक्खा दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चिरा १-३ वटा, फल आधा-एक वटा, तरकारी/उसिनेको ५०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १०७९. काभ्रो-सानो-लाम्चोपाते, शृंगिका, कपडापेड, Elephant Fig Tree, *Ficus lacor* (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार ४-५ अङ्गुल लामो, फल सेतो/रातो गोलाकार हुन्छन्। यो घाँसे रूख हो। यसको स्वाद अमिलो केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कलिलो पात, फल र बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, यौनरोगहर, मेदहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, सङ्ग्राहक, शोथघ्न, हृदयहितकारी, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, आउँ-पखाला, ज्वर, अर्श, गानो, आँखाको रोग, दम, खोकी, कामला, हृदयरोग, रक्तरोग, रक्तदोष, ज्वर, उदररोग, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम, साग-तरकारी/अचार १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### १०८०. काफल बोक्रा, कायफल, कृष्णगर्भ महाबल्क, कषायत्वक, Box Myrtle Tree, *Myrica esculenta* (Family : Myricaceae)



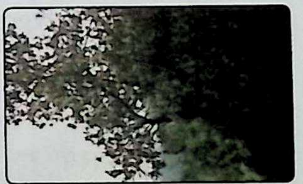
**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरसम्मको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो-केही चेप्टो आयाताकार, फूल हरियो-पहेँलो बालामा फुल्छ, हरियो पाकेपछि रातो र कालो रसिलो फलभित्र कडा चेप्टो एक तेलीयबीज हुन्छन्। बोक्राको स्वाद ज्यादै टर्रो-पिरो र स्वभाव अति उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको बोक्रा कफनिस्सारक, अर्बुदहर, गर्भाशय सङ्कोचक, दर्दहर, जलशोषक, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातहर, कृमिमारक, श्वासहर, तीव्र शिरोविरेचक मानिन्छ। यसको फल हृदयहितकार, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मपालक, अग्निकारक, तृप्तिकर, नेत्रशक्तिदायक

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, समस्त अर्बुद, गर्भाशय सुन्निने र खसेको, पिनास, श्वासरोग, पेटका जुका, आउँ-पखाला, पेटको रोग, जलोदर, ठन्डीवात, गाँठा-गिर्खा, गोरोपन, कफवृद्धि, दम, खोकी, नाक नखुल्ने-टाउको दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/खोटो/भस्म/चोप ३-१० रत्ती, काँढापानी १ मुख, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., नश्य एक चिम्टीभर १-३ पटक ।

**१०८१. काफल रातो फुल्ने, रक्तपुष्पकायफल, Box Myrtle Red Flower Tree, *Myrica* sp.** (Family : Myricaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार सानो लाम्चो, रातो बालामा फुल्ने, फल पाकेपछि रातो-कालोभित्र कडा बीज एउटा हुन्छ । यसको स्वाद बोक्रा अति टर्रो र फल मीठो-अमिलो हुन्छ । फलको स्वभाव शीतल र बोक्रा अति उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फल पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अग्निवर्द्धक, हृदयहितकारी, स्त्रीधर्मपालक, स्वादिष्ठ, रुचिकर मानिन्छ । यसको बोक्रा कफनिस्सारक, अर्बुदहर, गर्भाशय सङ्कोचक, वातहर, जलशोषक, शोथघ्न, कृमिमारक, मेदहर, तीव्रशिरोविरेचक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, दन्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, हृदयरोग, रक्तस्राव, मन्दाग्नि, मासिकअधर्म, निम्नरक्तचाप, अरुचि, अजीर्ण, हैजा, अर्शका साथै गर्भाशय सुन्निएको, खसेको, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, दुबी, दाद, कुष्ठ, जलोदर, मोटोपन, नाक नखुल्ने, कफग्रस्त दम-खोकी, दाँत दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बोक्रा स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, नश्य धूलो १-३ रत्ती, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, काच्चो फल/चटनी ५-१० ग्राम, पाकेको फल १०-५० ग्राम, पाकेको फल स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१०८२. काफल लेकको सेतो फुल्ने, श्वेतपुष्पकायफल, Pacific Wax Myrtle Tree, *Myrica californica*** (Family : Myricaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको लेकमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार-सानो, सेतो फुल्ने, पाकेपछि रातो-कालो रसिला फलभित्र एक कडा तेलीयबीज, हाँगाहरू हुन्छन् । यसको स्वाद फल मीठो-अमिलो, बोक्रा टर्रो-परपराउँछ र स्वभाव फल शीतल र बोक्रा अति उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । यसको बोक्रा कफनिस्सारक, शोथघ्न, वेदनानाशक, वातहर, कृमिमारक, मेदहर, शिरोविरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, हैजा, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह रक्तस्राव, हैजा, कफग्रस्त दम-खोकी, पेटका कृमि, पिनास, कफग्रस्त दम-खोकी, पेटका कृमि, पिनास, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, दाद, दुबी, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क २० र पाकेको फलस्वरससुई २-१० मि.लि., फल काच्चो चटनी ५-१० ग्राम, पाकेको काफल १०-३० ग्राम, बोक्रा चूर्ण/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बोक्रा वटी १-२ वटा, नश्य बोक्रा धूलो १-३ रत्ती २-३ पटक ।

**१०८३. कापु रातो, अमरुल, अमरोल, रक्तअम्लिका, लालचल्मेडो, Sourgrass, Red Sorrel, *Rumex scutatus*** (Family : Polygonaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ठन्डा हावापानीको

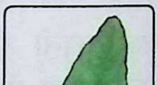
पहिरो-सुक्खा ठाउँमा ढुङ्गयानका कापमा धेरै हुन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, रातो डाँठ रातो फुल्ने, पात चेप्टो, तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद अमिलो-मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, नेत्रशक्तिदायक, पत्थरीहर, स्त्रीधर्मपालक, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, आँखारोग, मन्दाग्नि, गर्मीपित्तज्वर, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपच, अरुचि, घाउ-खटिरा, हैजा, रक्तस्राव, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चटनी/अचार/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग/उसिनेको/बफाएको २०-३० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### १०८४. कान नचिरिएको कन नचिर्नु, कर्णलता, Ear Creeper Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लामो-ठूलो फैलिने लता, पात कान आकारको बाटुलो, हरियो-सेतो फुल्छ र घोगामा फलभित्र नौनीधिउसमान गुदी केही बीज हुन्छन् । यसको स्वाद तितो केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ भने फलको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मेदहर, कर्णरोगहर, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, उदररोगमा उपयोगी, अर्बुदहर मानिन्छ । यसको फल पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, शीतल, बलकारक, पोषक, व्रणरोपक, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, गानो, कर्णरोग, कामला, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग, रक्तदोष, मूत्ररोग, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग, हेपाटाइटिसहरू, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फलभित्रको मक्खनसमान गुदी १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०८५. कापु साँगुरोपाते, अमरोला, अमरुल, चलमेडो, Narrow Leaf Sorrel Plant, *Rumex acetosa* (Family : Polygonaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्ममा उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो समशीतोष्ण क्षेत्रका पहिरो-सुक्खा ढुङ्गयानमा धेरै हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, साँगुरो लाम्चो भालाकार पात, हरियो-रातो फुल्ने, गोलो फलभित्र मसिना काला तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, ज्वरघ्न, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक, स्वादिष्ठ, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मूत्ररोग, घाउ-खटिरा, आँखाको रोग, अर्श, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने, अजीर्ण, अरुचि, मुख-जिब्रोका बिबिरा, रक्तदोष, रक्तस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चटनी/अचार/पात ५-१० ग्राम, खोटो/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।



### १०८६. कागती माइलो नीँबू, निम्बुक, कागती, Big Lemon Plant, *Citrus limon* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ वर्षमा फलाएर खान सकिन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, काँडा भएको टेडो-मेडो हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो-गोलो, फूल सेतो, अण्डाकार-गोलो फलभित्र रसिलो गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । फलको बोक्रा अत्तरित हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र

स्वाद अमिलो लाग्छ । यसको पात बास्नादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, रुचिकारक, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, स्वादिष्ठ, कृमिमारक, रक्तस्तम्भक, नेत्रशक्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पेटका कृमि, आउँ-पखाला, अपच-अजीर्ण, अरुचि, हृदयरोग, मन्दाग्नि, रक्तस्राव, उदरशूल, रक्तदोष, चर्मरोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, पाचनप्रणाली कमजोर, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्षार १-३ चामल, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० तथा फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

**१०८७. कागतीसानी, सानोपाते सानुकागती, कागजी निम्बूक, Leaf and Fruit Small Lemon, *Citrus* sp.** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात गोलाकार सानोपाते, सेतो फुल्ने, गोलो हरियो फल बोक्रा पातलो पाकेपछि पहेँलोभित्र रसदार गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको टेडोमेडो हाँगाबिँगा, सदा हराभरा रहने पात र फूल बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद फल अमीलो र अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, अग्निवर्द्धक, रक्तस्तम्भक, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तशोधक, नेत्ररोगहर, तृप्तिकारक, रुचिकारक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अपच, अरुचि, वातरक्त, रक्तपित्त, रक्तदोष, कब्ज, अर्श, सुक्खा दम, खोकी, उदरकृमि, हैजा, रक्तस्राव, पिनास, आमवात, जोर्नीवाथ, छालाको रोग, यौनरोग, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकफल स्वरससुई २-१० र बीजतेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण २-५ ग्राम, बीज चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, क्षार १ रत्ती, फल फल १ वटा ३-५ पटक ।

**१०८८. कागती ठूलो पहाडी, नीँबू जाम्बिरी, जम्बीर, पहाडी निम्बुक, Hill Big Lemon, *Citrus* sp.** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा धेरै पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात बास्नादार, सेतो फुल्छ, लम्बगोल फलभित्र गुदी रसदार र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तानाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, पाचक, रक्तस्तम्भक, पित्तसारक, हृदयहितकारी, पित्तजज्वरनिवारक, अग्निवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, विषघ्न, तृप्तिकारक, रुचिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, आमातिसार, मन्दाग्नि, अपच-अजीर्ण, अरुचि, रक्तस्राव, हैजा, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, दुबी, दाद, लुत्तो, यौनरोग, मोटोपन, हृदयरोग, ज्वर, अर्श, नेत्ररोग, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीजतेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, केस्रा १-२ वटा, चूर्ण/खोटो १-५ ग्राम, क्षार/भस्म ३-५ पटक ।

**१०८९. कागती मीठो, मीठानीबू, मधुरनिम्बूक, Sweet Lemon Plant, *Citrus limetta*** (Family : Rutaceae)

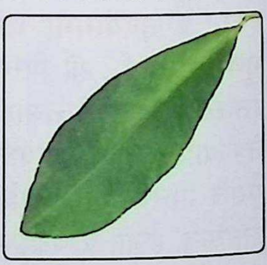
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, चेप्टो पात बास्नादार, टेडोमेडो हाँगाबिँगाहरू काँडा भएको, यो ५-२० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, लालिमायुक्त दाग भएको, फुल्छ, गोलाकार फल ३-५ अङ्गुल व्यासको, पाकेपछि रक्ताभ-पीतवर्णभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र फलको स्वाद मीठो-

अमिलो लाग्छ भने अरूभागको स्वाद तीतो । केही बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, तृप्तिकारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, रसायन, स्मरणशक्तिदायक, योगवाही, विषघ्न, रेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अरुचि, मिर्गौला/मुटु सुक्खाराम र कडापनमा, कामला, रक्तपित्त, अम्लपित्त, मुख-जिब्रो पाक्ने, रजःवीर्यदोष, हैजा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, अर्श, पेट पोल्ने, उदरशूल, कुपोषण, रक्ताल्पता, रक्तरोग, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, अचार-चटनी ३-१० ग्राम, रस/काँडापानी १ गिलास, पात/फूल १-२ वटा, बीजचूर्ण १-३ ग्राम, तेल १० र फलस्वरससुई २-५ तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १०९०. कागती वनकागजी, वननींबू, बननिम्बूक, Wild–Jungali Lemon Plant, *Citrus* sp. (Family : Rutaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो कागतीकुलको वनस्पति हो । यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट अग्लो, कण्टकयुक्त झाडी टेडोमेडो, पात १-३ अङ्गुल लाम्चो, पुष्प श्वेतवर्णको, गोलाकार फलभित्र चारकोष्ठयुक्त १/१ बीज तेलीय हुन्छन् । यसको सबै भाग बास्नादार हुन्छ । यो साउन-भदौमा फुल्छ र फागुनमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र फल मीठो-अमिलो लाग्छ, अन्यभाग तीतो र टर्रो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रोचक, पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, अग्निकारक, वातहर, चर्मरोगहर, स्वादिष्ठ, नेत्रशक्तिप्रदायक, हृदय हितकारी, अर्बुदहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले गला-घाँटीका रोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अरुचि, अजीर्ण, नेत्रज्योति कमजोरी, हृदयको कडापन, आमदोष, क्षुधानाश, ज्वर, लुत्तो, दाद, दादुरा, जनैखटिरा, पेट पोल्ने, मुखपाक, अर्बुद, मूत्ररोग, अर्श, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो १-३ ग्राम, अत्तर ३-७ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १०९१. कागती वनको एकतर्फी पात, Greenberry Wild Lemon, *Glycosmis pentaphylla* (Family : Rutaceae)



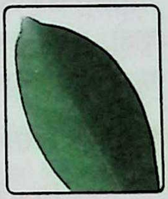
**चिनारी :** यो २५०० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो वनतिर नै धेरै मिल्छ । यो सानो बुटो ८-१५ फिट अग्लो, बाङ्गो हाँगाहरू काँडा भएको, सदा हराभरा रहने, पत्र एकान्तर ३-५ वटा डिम्बाकृतिका चेप्टो केही लाम्चो, पुष्प गहिरो पहेँलो-सुनौलो रोमश ४-५ पुष्पदल, पुंकेशर १० वटा, गोलाकार-साना फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो र परपराउने, फल अमीलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, नेत्ररोगहर, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, अग्निकारक, पाचक, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, हैजा नियन्त्रक, व्रणरोपक, रुचिकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले नेत्ररोग, मूत्ररोग, पत्थरी, पित्तप्रकोप, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, मुटुको कडापन, गर्मीज्वर, दाद, दुबी, डण्डिफोर, यौनरोग, कुष्ठ, छाला सुन्निने, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, डकार आउने, हिक्का लाग्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३०० तथा पाक फलस्वरससुई २-१० र तेल २० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, फल चौथाइ-आधा-एक वटा, पात १-२ वटा, खोटो आधा-तीन ग्राम, चटनी, अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१०९२. कागचुच्चे सेतो-रातो रङको, काकनासिका बहुरङ्गी, Onion Flower Crow Mouth Plant, *Martynia annua* (Family : Martyniaceae)**

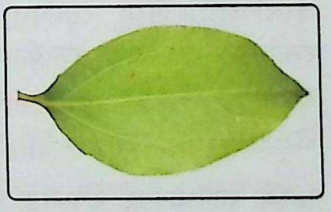
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु, फूल सेतो-रोमश-टुप्पामा रातो-कालो-पहेँलो वर्णको बिरालोका कान आकार दुई छेउ, पात गोलाकार-पञ्जाकार मुलायम, फूल अण्डाकार भुसेभित्र एक कडा तेलीय बीज कागको चुच्चोसमान हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, गर्भविकार, अपस्मार, राजयक्ष्मा, दम, खोकी, घाउ-खटिरा, बाँझोपन, जलोदर, श्वासरोग, मृगी, शिरोरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्गशोथ, गलग्रन्थि रोग, गला-घाँटीको समस्या, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

**१०९३. कामरूप, चिप्लेटी बर, कामरूख, Chinese Banyan Tree, *Ficus microcarpa* (Family : Moraceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ६०-१०० फिट अग्लो, दूधेरूख, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो, फूल ३ प्रकारका हुन्छन्, फल गोलाकार पाकेपछि रातोभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो, केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद, चर्मरोग, दन्तशूल, रक्तस्राव, हैजा, दन्तदर्द, घाउ-खटिरा, रक्तरोग, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, दम, खोकी, रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : दूध ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

**१०९४. कानबेल, कर्णबेल, Smooth–Barb Bollygum Plant, *Neolitsea zeylanica* (Family : Lauraceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५०-६० फिट अग्लो, पात चेप्टो, पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल/फल/पात/बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, कण्ठशुद्धिकर, कर्णरोगहर, सन्धिबन्धक, अस्थिपोषक, वातहर, उदररोगमा फाइदाजनक, पीडानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्श, कर्कटार्बुद, शोथ, त्वचारोग, घाउ-खटिरा, टन्सिल, कानको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, उदररोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१०९५. कानसाले, पोप्त्यो, वनसप्ती, भिकानकटा, Wild Hops, Luck Plant, *Flemingia strobilifera* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, तीनपाते चेप्टो नरम भुस भएको, फूल सेतो फुल्ने हरियो-हल्का पहेँलो, कोसामा भित्र १२ कालो-खैरो तेलीयबीजहरू हुन्छन्।

यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, पुष्टिकर, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कटिवात, पक्षाघात, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, ज्वर, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, हाडको रोग, दुब्लाउँदै जाने, रक्तरोग, प्रवाहिका, अपस्मार, आमवात, क्षयरोग, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १०९६. काने नीलो फुल्ने सुनौलो केशरको, काना, कंजुरा कोनी, कनकब्बा, Kane Blue Plant

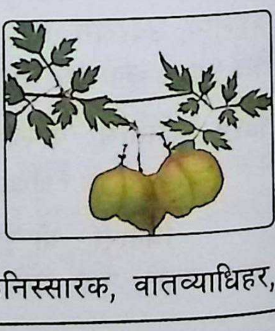
**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ । यो झार नीलो फुल्ने, केशर सुनौलो, पात आयाताकार लाम्चो मांसल डाँठ नरम, जरा सेता-खैरा, तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो र अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निकारक, पाचक, पित्तज्वर निवारक, व्रणरोपक, नेत्ररोगरक्षक, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, जलन, डाहा, मुखपाक, नेत्ररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तविकार, ज्वर, चक्कर आउने, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने-दुख्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., केशर १-२ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, साग २०-५० ग्राम, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १०९७. कागेसाग, कौवासाग, कनकौवा, बोकना, Crow Mouth Leaf Plant, Crow Herb

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरो गाँठदार हाँगाहरू भएको, पात कागको चुच्चोसमान रातो रङको, फूल रातो, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्तम्भक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, हृदयरोग, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, उदरशूल, नेत्ररोग, मुटुरोग, रक्ताल्पता, कुपोषण, रजःवीर्यरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, साग/उसिनेको/बफाएको २०-१०० ग्राम, बीज ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १०९८. कानफोरुवा, कनफोड, स्फोटलता, Baloon Vine, Heart Pea Plant, *Cardiospermum halicacabum*

(Family : Sapindaceae)



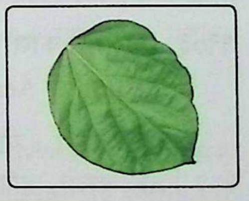
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो एक वर्षजीवित लता १०-१५ फिट लामो फैलिन्छ । पात किनारा काटिएको तीनकुने-पाँचकोणे मुलायम, चुच्चो परेको लामो, फूल सेतो/गुलाबी/पहेँलो, हाँगाहरू एकदम कमजोर, त्रिकोणाकार फलभित्र तीनकोषमा बाँडिएका काला रङका बीजहरूमा सेतो दाग हुन्छन् । जरा सेतो कन्द, शीतऋतुबाहेक हरेक ऋतुमा फुल्छ र फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्नि-उद्दीपक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर,

अर्बुदहर, रजःवीर्यजनक, वातपोषक, बलकारक, मूत्रल, रसायन, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, पत्थरीहर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, कटिवात, कफजशूल, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, आउँ-पखाला, अर्श, पत्थरी, क्षयरोग, दम, खोकी, पिनास, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गानो, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, स्वरससुई २-१० रअर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., बीज १-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१०९९. काठगुलर, कठगुलर, फल्गु, कालो उभरडो, जघनेफला, Hairy Fig Tree, *Ficus hispida*** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो गुलर वृक्षभन्दा सानो, कमलो डाली, चेप्टो केही लाम्चो पात, फलमा धेरै साना रौंहरू हुन्छन् । पात गुलरभन्दा केही ठूलो ५-१० अङ्गुल लामो र ३-५ अङ्गुल चौडा अण्डाकार खस्रो, फल अन्जिरभन्दा सानो रोमश, यो काण्ड/हाँगा/जरामा लटरम्मै झुत्तोमा फल्छन्, गोलाकार फलभित्र प्रशस्त साना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको झुसले चिलाउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातनाशक, पित्तहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, विषघ्न, व्रणरोपक, अर्बुदहर, स्त्रीधर्मपालक, कण्ठशुद्धिकर, गर्भपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, रक्तपित्त, अर्श, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, प्रदर, प्रमेह, रजःवीर्यदोष, क्षयरोग, दम-खोकी, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, टन्सिल, गला-घाँटीका समस्या, गर्भपात, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., कच्चा फल १-२ वटा, पाकेको फल ३-५ वटा, चोप/भस्म/खोटो २-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**११००. काकमारी, काकघ्नी, काकरी, Fish Berry, Levant Nut Plant, *Anamirta cocculus*** (Family : Menispermaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो विशाल लहरो, गोलाकार-चेप्टो चुच्चो पात, फूल हरियो-पहेँलो बास्नादार, फल गोलाकार पाकेपछि कालो मरिचसमान गन्धयुक्त तेलीय हुन्छन् । यो गुर्जोसमान लता हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फल । स्वभाव उष्ण हुन्छ स्वाद टर्रो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, तीव्रविरेचक, कृमिमारक, वातव्याधिहर, विषाक्त, वामक, उत्तेजक, शोथघ्न, पीडानाशक, अफिम विरुद्ध उपचारक, विषघ्न, कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, चर्मअर्बुदहर, धातु-उपधातुशोधक-मारक, प्राणघातक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्राणीहरूको जुम्रा-किर्ना-छालाका रोग, राजयक्ष्मा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दुबी, दाद, कुष्ठ, पेटका कृमि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्पविष-कुकुरविष, घातक टोकाइ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई घिउ/तेलमा पकाएर-डढाएर छानी मालिस गरिन्छ । यसलाई पञ्चगव्यमा शोधन गरी शुद्ध पार्नुपर्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, खोटो/भस्म आधा-तीन ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० मि.लि., २-५ पटक ।

**११०१. काजु ठूलो, कटुपत्ति, काजुतक, Big Cashew Nut Tree, *Anacardium occidentale*** (Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, ४०-६० फिट अग्लो, पात

कटहरसमान ४-८ अङ्गुल लामो र ३-५ अङ्गुल चौडा, फूल लालिमायुक्त पहेंलो फुल्ने तीक्ष्ण सुगन्धदायक, ध्वाँसे वर्णको चेप्टा फलभित्र सेतो तेलीय बीज हुन्छ, बसन्त र ग्रीष्ममा फुल्छ र फल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज र बोक्रा-चोप-तेल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद ज्यादै मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यसको बीज स्नेहनकारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, बलकारक हृदयहितकारी, तृप्तिकारक, अग्निकारक मानिन्छ । यसको बोक्रा, चोप र तेल कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, कृमिमारक, केशकारक, सङ्कोचक, वेदनानाशक, शोथघ्न, वातहर, यौनरोगहर, कब्जकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले स्मृतिह्रास, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, रक्ताल्पता, हृदयरोग-कम्पनवात, कुष्ठ, दाद, दुबी, यौनरोग, सुन्निने, पेटका कृमि, कपाल झर्ने रोग, गृध्रसी, ग्राही, आन्द्रा सुन्निने, अर्श, गानो, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज ३-५ वटा, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

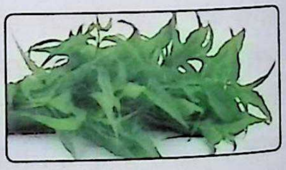
### ११०२. कायापुरी तेलवृक्ष, काजुपुट, Weeping Paperbark Tree, Cajuput Oil Tree, *Melaleuca leucadendra*

(Family : Myrtaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-८० फिट अग्लो, बोक्रा कागतजस्तो सेतो, पात लाम्चो चुच्चो परेको, रातोपन लिएको ३-५ इन्च लामो, पुष्प पीत-श्वेत मञ्जरीमा फुल्ने, फल गोलाकार काष्ठमय झुत्तोमा भित्र तेलीयबीज लाग्छन् । यो कागज बनाउने बोक्राको रूख भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, उत्तेजक, वेदनानाशक, व्रणसुधारक, स्वेदकारक, किटाणुनाशक, शोथघ्न, कर्णरोगहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, दन्तरोगनाशक, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अण्डकोशवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मूत्रनलीको प्रदाह, दन्तरोग, दम-खोकी, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, पिनास, गानो, ठोक्किएको-मर्किएको इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, भस्म/खोटो १-२ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### ११०३. कालमेघ कालो फुल्ने, कृष्णमहातिक्ता, कल्पनाथकाला, Black Creat Plant, *Andrographis paniculata*

(Family : Acanthaceae)



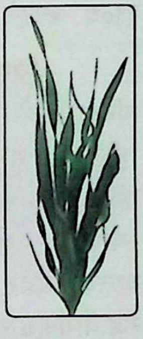
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यसको अचेल खेती गरिन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, डाँठ कालो, पात खुर्सानीसमान, फूल नीलो-कालो वर्णको कालो लामखुट्टेझैं, ३-५ अङ्गुल लामो चुच्चोदार फलभित्र ६-८ तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो लाग्छ र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, यकृदउत्तेजक, पित्तसारक, यकृतपोषक, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तशोधक, कृमिमारक, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, व्रणसुधारक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मलेरियाज्वर, कामला, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तविकार, कलेजोरोग, अर्श, उदरपीडा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, यकृत प्लीहावृद्धि, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अर्क/तेल १० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-५ मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा २-३ पटक।

### ११०४. कागखुट्टेच्याउ, काकच्याउ, Crowleg Mushroom, *Xerula radicata* (Family : Physalacriaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ७-१५ से.मि. अग्लो, फुस्रो वा सेतो, कागखुट्टासमान,

पानी परेपछि मिल्छ । प्रयोग हुने सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, वीर्यदोष, शरीरको कडापन, मुटुको प्वालमा अवरोध हुने, हृदयाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११०५. काई, काइँली, जलनीली, शैवाल, Moss Plant, Eelgrass, *Vallisneria spiralis* (Family : Hydrocharitaceae)



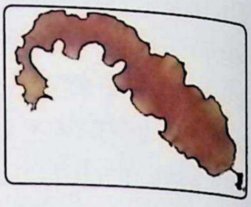
**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो स्थिर जलाशयमा पानीको माथि उम्रन्छ, पानी नै ढाक्नेगरी नीलो आभाको सर्वत्र मिल्छ । यो सामान्य काई हो । यो १-३ फिट अग्लो, पात लामो साँगुरो ३०-६० से.मि. लामो, फूल र जरा सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही मिठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरघ्न, रक्तस्तम्भक, मूत्रल, पत्थरीहर, मासिकधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रक्तरोगहर, रक्तदोषहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, गलामा जुका टाँसिएमा, बच्चाहरूको हरियो-पहेँलो दस्त लाग्ने, मूत्रकृच्छ्र, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, पत्थरी, अतिसार, वीर्यस्राव, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, गानो, अर्श, रक्तरोग, रक्तदोष, मूत्ररोग, उदरशूल, गानो, नेत्ररोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/बफाएको/उसिनेको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११०६. काई डोरीझैँ, लताकाई, शैवाल लता, Creeper Algae Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको तन्तुहरू परस्पर एक-आपसमा मिलेको डीरीको तरह नदी-खोला-नाला-नहरमा फैलिएको हुन्छ, यो ५-१० फिट लामो फैलिन्छ, धेरै हाँगाहरूमा गाढा हरियो घुम्रिएको पातहरू, जरा हुँदैन तर पात नै जरा बन्छ, नर र मादा सानो फूल हरियो, जाडोमा मरेजस्तो हुने र फेरि पलाउँछ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, पित्तनाशक, तृष्णाहर, ज्वरघ्न, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, पुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, मूत्रल, नेत्ररक्षक, केशसंरक्षक मानिन्छ ।

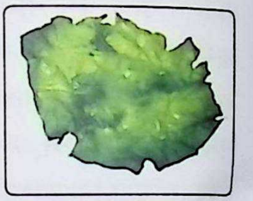
**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, हैजा, रक्तपित्त, ज्वर, पत्थरी, रक्तरोग, रक्तदोष, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, रक्ताल्पता, कुपोषण, अर्बुद, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग उसिनेको/पकाएको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ११०७. काइचिनी, गलपार, गिलुर, शैवाल श्वेतशर्करासार, **Algae Sweet Tangle Seabelt Plant**, ***Laminaria saccharina*** (Family : Laminariaceae)



**चिनारी** : यो समुन्द्र/क्षारीय पानीको घोल/झील/नदी/तप्तकुण्डमा पाइन्छ। यसलाई घाममा सुकाउँदा सेतो सारत्व चिनीसमान निक्लन्छ। यसलाई समुन्द्रको पेटी भनिन्छ। यो २-४ वर्ष रहन्छ र फेरि नयाँ पलाउँछ। यो पानीको चट्टानमा टाँसिएर पहेँलो-खैरो वर्णको हुन्छ, यो १०-२० फिट लामो र २० से.मि. चौडा, चिल्लो जसबाट सेतो पदार्थ निस्कन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गलगण्डहर, कण्ठशुद्धिकर, जलशोषक, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, चर्मसुधारक, अतिश्रमहारक, पुष्टिकर, बलकारक, स्मृतिदायक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीको समस्या, छालाको रोग, पित्तकफवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, अम्लपित्त, उपदंश, कण्ठमाला, टन्सिल, मोटोपन, उच्चरक्तचाप, गलग्रन्थि रसको अभाव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चिनीसार १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### ११०८. काइते, काईदूधे, दूधयुक्त ताराकाइ, **Sea Lettuce Plant, Green Algae, *Ulva lactuca*** (Family : Ulvaceae)



**चिनारी** : यो संसारभरिका जल/समुन्द्रमा पाइन्छ। यो गाढा चम्किलो हरियो कचौरा आकारको १५-३० से.मि. लामो फैलिन्छ। यो ५०-१०० फिट पानीको गहिराई-समुन्द्रमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ, यो गाढा हरियो दूधे काई हो। यो काँचै खान सकिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति पौटिक, बलकारक, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक, मेदहर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, हाडको रोग, मोटोपन, हृदय-मिर्गौला हितकारी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्तरोग, रक्तदोष, रजःवीर्यरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँचै वा पकाएको/बफाएको/उसिनेको २०-५० ग्राम, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, ३-५ पटक।

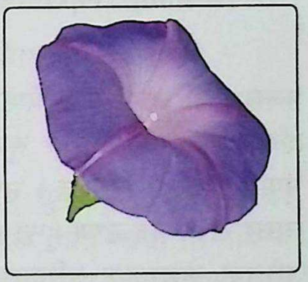
### ११०९. काकजङ्गालता, काकलता, **Crow Mouth Red Creeper Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका चिस्यान भूमिमा पाइन्छ। यो ५-२० फिट लामो फैलिने लहरिने लहरो सदा हराभरा रहन्छ, पात चुच्चो परेको ६-१२ इन्च लामो र २-४ इन्च चौडा उपल्लोभाग खस्रो तल्लोभाग रोमश, फूल सेतो मञ्जरीमा, फल गोलाकार पाकेपछि कालोभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वाद कटु-कषाय-तिक्त लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, पीडानाशक, उदररोगमा लाभदायक, अस्थिपोषक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, नसारोग, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी, पेटको रोग, उदरशूल, श्वासरोग, कफज्वर, हाडको रोग, अतिश्रमको पीडा, ढाड-कम्मर-घुँडा दुख्ने, अण्डकोशवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, फल १-२ वटा, पात १-२ वटा ३-५ पटक।

### १११०. कालादाना ठूली-नागरपानपत्ते, भुरुङ, कृष्णबीज, Kaladana Seeds, Paan Leaf Kaladana

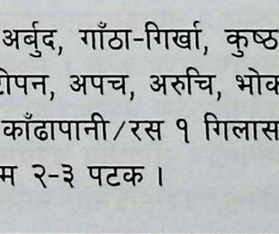
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कालोदाना अर्कोभन्दा धेरै ठूलो हुन्छ । यो लहरो विशाल १००-५०० फिट लामो लहरो, पात नागरपानको आकारको, चम्किलो फूल नीलो-भण्टा रङको, कोसामा चुच्चो फलभित्र त्रिकोणाकार र काला तेलीयबीजहरू, शरदऋतुमा फल पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पुष्प, पात । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तिक्त-कटु साथै परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, पित्तनाशक, विरेचक, कृमिमारक, रक्तशोधक, शोथहर, मूत्रल, मेदहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले बद्धकोष्ठ, अर्श, मोटोपन, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, वातरक्त, आमवात, अङ्गशोथ, मासिकअधर्म, उदररोग, जलोदर, क्षयरोग, दम, खोकी, ज्वर, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, छालारोग, मुखपाक, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, खोटो/भस्म काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० र बीजतेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-२ ग्राम २-३ पटक । **सावधानी** : गर्भिणीले खान हुँदैन ।

### ११११. कालादाना कालो, हब्बुनील, Pharbitis Seeds, Nepali Jalap Plant, *Ipomoea hederacea* (Family : Convolvulaceae)



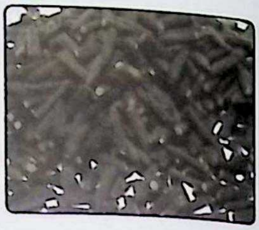
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, फराकिलो पात तीनभागमा विभक्त भुस भएको दन्तुर, फूल नीलो-कालो धतुरोसमान कोसामा फलभित्र त्रिकोणाकार तेलीय बीज हुन्छन्, काण्ड पातलो-हरियो रौंसहितको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वाद कटु-तिक्त-कषाय लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, पित्तसारक, विरेचक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, कृमिमारक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, वातनाशक, यकृत र प्लीहावृद्धिमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, पेट दुख्ने, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पेटका कृमि, मोटोपन, रक्तदोष, अतिश्रमको पीडा, कलेजो रोग, मिर्गौला शोथ, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीजचूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १११२. कालोजिरा रातोफुल्ने, अरण्यतिक्तजीरक, Ironweed, *Vernonia baldwinii* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षायु, १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार ४-६ अङ्गुल लामो र १-२ अङ्गुल चौडा, फूल रातो थुङ्गामा फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चो तेलीय बीजहरू प्रशस्त पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वाद तीतो लाग्छ र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपोषक, अर्बुदहर, वामक, रक्तशोधक, कृमिघ्न, विषघ्न, कुष्ठघ्न, ज्वरनाशक, मेदहर, पत्थरीहर, मधुमेहहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि अम्लपित्त, कमलपित्त, कलेजोरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, पेटका जुका, आउँ-पखाला, ज्वर, रक्तदोष, पेटको रोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, अपच, अरुचि, भोक नलाग्ने, पत्थरी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो २-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

**१११३. कालोजीरा कालो फुल्ने, कृष्णतिक्तजीरक, Black Flower Iron Plant, *Vernonia anthelmintica***
**(Family : Asteraceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो-चुच्चो भालाकार ५-७ इन्च लामो र २-३ इन्च चौडा भएको, थुङ्गामा फूल कालो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि दुवैतिर चुच्चो परेको तेलीय बीजहरू पाक्छन् र बोट ओइलाएर मर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कुष्ठघ्न, वमनकारक, कृमिमारक, मेदहर, रक्तस्तम्भक, केशरक्षक, यकृतपुष्टिकर, पाचनसंस्थान कमजोरी, रक्तदोषहर, मधुमेहहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कुष्ठ, मोटोपन, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, दम, खोकी, चर्मरोग, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग सबै हेपाटाइटिसहरू, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१११४. कालोमरिच गोलो, गोलमरिच, गोलर्मिच, कालीर्मिच, Black–Goal Pepper Plant, *Piper nigrum***
**(Family : Piperaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो खेती गरिन्छ र तीन वर्षमा फल्छ। यो लता, पात चेप्टो-चुच्चो परेको पानको पातसमान फूल सेतो-ध्वाँसे, गोलो हरियो पाकेपछि रातो र सुकेपछि काला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। यसको विशाल झ्याङ रूखमा फैलिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वाद कटु-पीरो लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफघ्न, पाचक, वातहर, उत्तेजक, केशरक्षक, अग्निकारक, कृमिमारक, श्वासरोगहर, जलशोषक, फुफ्फुसपुष्टिकर, कफज्वर निवारक, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, आउँ-पखाला, मन्दाग्नि, उदरशूल, टन्सिल, गला-घाँटीका समस्या, दन्तशूल, रुघा-खोकी, पिनास, कफग्रस्त दम, नेत्रविकार, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण/खोटो/भस्म/लेदो १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी/रस १ गिलास, बीज १ वटा, पात १ वटा ३-५ पटक।

**१११५. काँश ठूलो, बृहत्कासेक्षु, कसुरिया, काँसको, झक्सी, Big Thatch Grass, *Saccharum* sp.**
**(Family : Poaceae)**

**चिनारी** : यो सर्वत्र-सदा सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो चिस्यान कालो-मलिलो माटोमा मिल्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात ५-७ फिट लामो कडा, सेतो फुल्ने, प्रशस्त भुवा निक्लन्छ, तेलीयबीजहरू सेता कठोर, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, वातपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, क्षत-क्षयनाशक, स्तन्यजनक, तिर्खाहर, स्त्रीधर्मपालक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, अश्मरी, अम्लपित्त, कामला, मूत्ररोग, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, क्षयरोग, रक्तार्श, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, मूत्रकृच्छ्र, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, जोर्नीवाथ, कटिवात, स्नायुवाथ,

अङ्गशोथ, गृध्रसी, हाडको रोग, ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/सेतो सत्वसार १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**१११६. काँश हिमालय, हिमकाँश, हिमकसुङ्गा, सफेदझक्सी, श्वेतचामर, Himalayan White Sweet Thatch Grass, *Saccharum* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो चिस्यान कालो-मलिलो माटोमा मिल्छ। यो १-३ फिट अग्लो, काण्ड सेतै, पात भालाकार लामो कडा, सेतो फुल्ने, प्रशस्त भुवा निक्लन्छ, तेलीयबीजहरू सेता कठोर, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, वातपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, क्षत-क्षयनाशक, स्तन्यजनक, तिर्खाहर, स्त्रीधर्मपालक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, अश्मरी, अम्लपित्त, कामला, मूत्ररोग, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, क्षयरोग, रक्तार्श, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, मूत्रकृच्छ्र, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, जोर्नीवाथ, कटिवात, स्नायुवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, हाडको रोग, ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/सेतो सत्वसार १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**१११७. काँसनी ल्वाङझैं बीज भएको, काँसनी, गौकन्द, Chicory Plant, Blue Sailors, *Cichorium* sp.** (Family : Asteraceae)

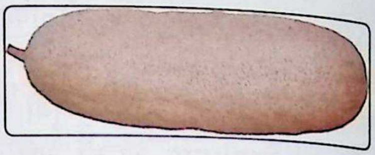
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो बहुवर्षायु क्षुप, फूल नीलो वर्णको चम्किलो, थुङ्गामा ३-७ फिट उँचो, फूल छिप्पिएपछि ल्वाङजस्ता हल्का तेलीयबीजहरू, पात लामो छिन्नभिन्न अनेक आकारका मुलायम, जरा गाईको पुच्छरसमान आकारको भित्र सेतो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, ज्वरघ्न, यकृतपुष्टिकर, पित्तसारक, निद्राजनक, बलकारक, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, अग्निमन्द, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, मुखपाक, अरुचि, अजीर्ण, जीर्णज्वर, आउँ-पखाला, अर्श, उदरशूल, शिरशूल, जलोदर, राजयक्ष्यमा, श्वासरोग, आमवात, वातरक्त, हृदयरोग, पैत्तिक उन्माद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग ३०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, चूर्ण/लेदो ५-१० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**१११८. कालादुग्धि चिरस्थायीलता, सदावहार लहरो, Biggest Milky Creeper Plant**

**चिनारी** : यो विशाल लहरो २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यसको पात लाम्चो चुच्चो, कालीबाखीको दूधझैं निक्लने १००-३०० फिट लम्बेतान फैलिने ठूलो झ्याङ, तेलीयबीज हुन्छन् । यो घाँस दुधालु र रसिलो भएकाले पशुहरू मोटाउँछन्। **प्रयोग हुने भाग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो-केही तितो र स्वभाव शामक केही उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, कफघ्न, बलकारक, वातहर, वेदनानाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, दम, खोकी, रक्तरोग, ज्वर, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रगतको अशुद्धि रक्तविकार, अम्लपित्त, कलेजोको विकार, छालाका दोष, शारीरिक कमजोरी, भिरङ्गी-फिरङ्गी, यौनरोग, रक्ताल्पता, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, मधुमेह,

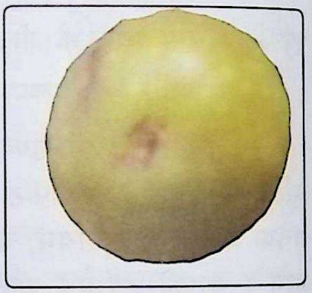
रक्तचाप, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, पक्षाघात, कटिवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० मि.लि.३-५ पटक ।

### १११९. काँक्रो रूखको, बालमखीरावृक्ष, झाडफानूस, Sausage Tree, *Kigelia africana* (Family : Bignoniaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, रातो फूल, खैरो लामो काँक्रो फलभित्र गुदीरस र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, व्रणरोपक, गर्मीज्वर निवारक, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, मूत्ररोग, पत्थरी, पित्तवृद्धि, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्श, घाउ-खटिरा, दाद, कुष्ठ, अपस्मार, ज्वर, स्त्रीरोग, रक्तस्राव, मुख-जिब्रोका बिबिरा, भस्मकरोग, प्यासलाग्ने, मुख सुकिरहने, हृदयको धड्कन छिटो चल्ने र मिर्गौला पत्थरी, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, चिरा १-३ वटा, लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११२०. काजी, काँझी, काशनाशकपुष्प, काझी, Spinous Kino Tree, *Bridelia retusa* (Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, दुवैतिर गएका पात चेप्टो/लाम्चो, फूल पहैंलो फुल्ने, गोलाकार पाकेपछि रातो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, मूत्रल, वेदनानाशक, पित्तनाशक, उदररोगमा लाभदायक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, ज्वर, अर्श, कटिशूल, पक्षाघात, मूत्रविकार, गृध्रसी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, मूत्रकृच्छ्र, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रगतको कमी, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

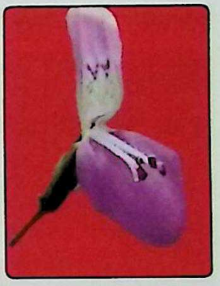
### ११२१. कायेबन्सो, कागे, काये बुटी, Crow Herb, Crow Grass

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो काग आकारको पात, १-३ फिट अग्लो वा भुइँमा फैलिने हरियो-पहैंलो फुल्ने, भालाकार पात, पुष्प छिप्पिएपछि मसिना दाना बालामा लाग्छन् र तेलीयबीज पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, ॠतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, शान्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, धातुरोग, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, गर्मीज्वर, पेट पोल्ने, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कमलपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख सुक्ने, जिब्रो-मुखका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, खुदो १ गिलास, सक्खर १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा टुक्रा १-२ वटा, डाँठ १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ११२२. कागनासा हिमाली दूधे, काकभुसुण्डीलता, कागचुच्चे लहरो, काकघ्राणा, सुनासिका, Milky Crow Mouth Plant, Himalayan Crow Creeper Plant

**चिनारी** : यो हिमालयक्षेत्रका ठन्डी जलवायुमा पाइन्छ । यो दुग्धलता, विशाल लहरो धेरै फैलिन्छ, गानो सदा रहन्छ, लहरो हिउँदमा सुक्छ, पत्रदण्डमा पात, पुष्पदण्डमा नीलाभ एक फूल, पुष्प छिप्पिएपछि कागचुच्चोसमान फल लाग्छ र तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, पात र जरा । यसको स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, शिरमण्डल रसायन, जीवनीयतत्त्वरक्षक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारिणी, स्त्रीधर्म र मधुमेहमा उपयोगी, पुष्टिकर, वेदनाशामक, मेद-मज्जाकारक, दुग्धवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, रजःवीर्यदोष, दुर्बलता, जोर्नीवाथ, स्नायुगतवात, गृध्रसी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, वन्ध्यारोग, रक्तस्राव, मधुमेह, प्रमेह, मासिकअधर्म, प्रदर, विषप्रभाव, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, फल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ११२३. काकजङ्घा गर्मीको, मसी, मर, काकतिक्ता, काका, Ink Plant, *Peristrophe bicalyculata* (Family : Acanthaceae)



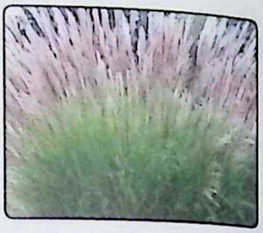
**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मको गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, कमलो हाँगाहरूमा च्याप्टा पात, काण्डको टुप्पोमा झुप्पोमा गुलाबी/नीलो फुल्ने, अण्डाकार, पाकेको पहेँलो फलभित्र कालो कागचुच्चो भएको तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, पात र मूल । यसलाई पानीमा पकाएर खोटो बनाई मसीमा प्रयोग गरिन्थ्यो । यसको स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कृमिघ्न, कण्डघ्न, रक्तदोषहर, व्रणरोपक, अग्निवर्द्धक, बालग्रह र ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, ज्वर, श्लीपद, विषप्रभाव, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, कृमि, कुष्ठ, दाद, योनिरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, बालग्रह-भूतप्रेत बाधा, पेटका जुका, रक्तविकार, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बीजको माला लगाउँदा रक्तमा विद्युतीय ऊर्जा प्राप्त हुन्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फल चूर्ण १-२ वटा, बीज तेल ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

### ११२४. कागचुच्चीकाली, कौवा ठोडी, ध्वाँनासा, कागतुण्डी, कोट्वा, Crow Mouth Fruit, Milk Weed Plant, *Asclepias curassavic* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । ३-७ फिट अग्लो, काली, दूधे पात लाम्चो चुच्चो, रातो फुल्ने केशर पहेँलो, फल लाम्चो, झुत्तोमा कागचुच्चे कोसामा भित्र नरम रुई र तेलीय बीजहरू खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव ठन्डा हुन्छ र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कफघ्न, पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, कुष्ठघ्न, शिरमण्डल शक्तिकारक, केशरक्षक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, ऋतुधर्मनियामक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पलितरोग, कफजसमस्या, कुष्ठ, दुबी, दाद, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, आमवात, रजःवीर्यदोष, पागलपन, अमस्मार, मानसिक तनाव, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, आमवात, विषप्रभाव, रगतको कमी, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तरोग इत्यादि सन्चो

गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, दूध ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, थोपा, बीज पिना ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### ११२५. काँश पहाडी झुसे, निशि, रौंदार छोटीकाँश, अशिरी, पानीकाश, जलकाश, Water Thatch Grass, *Saccharum paniccum* (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो १०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । ठन्डा क्षेत्रका चिस्यान छिपछिपे ठाउँमा मिल्छ। यो २-५ फिट अग्लो, मूल डाँठ गाँठा-गुठी परेको, आँख्लाबाट पात निस्केका-किनार मोडिएका, शरदऋतुमा फुल्ने, शीतऋतुमा पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयगेडा लाग्छन्, जरा सेता-फुस्रो हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, मूत्रल, पित्तघ्न, पत्थरीहर, वातव्याधिनाशक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रज-वीर्यशोधक, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, तृप्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, मिर्गौलारोग, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, मूत्रकृच्छ्र, पित्तज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, मासिकअधर्म, दम, खोकी, रक्तविकार, जिब्रो-मुखका घाउ, प्यास लागिरहने, ओच्छ्यानमा पिसाब गर्ने, तनाव, कुपोषण, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो /स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, ताजा रस/काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ११२६. कालसौँ (बझाङ्गी), Kalsoun Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात तितेपातीसमान र फल अपामार्गझैँ तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तविकार निष्कासक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, शोथहर, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, कफनिष्कासक, रक्तरोगहर, चर्मरोगहर, श्वासरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, ज्वर, रक्तरोग, दम-खोकी, पिनास, गानो-गोला, श्वासरोग, कफवृद्धि, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पिलो, खटिरा-दादुरा, दुबी, भैँसे दाद, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ११२७. कामराज कालो गाढा हरियो, Kaamraj Tonic Black Plant

**चिनारी** :यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी सिमसार तथा पहाडी चिस्यान गर्मी क्षेत्रमा खेती गर्दा राम्रो उत्पादन हुन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, कालो डाँठ, पात भालाकार चुच्चो, फूल हरियो-कालो, बालामा तेलीय बीजहरू, जरा कालो हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातव्याधिहर, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, दर्दहर, रक्तरोगहर, अस्थिपोषक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रक्ताल्पता, शारीरिक कमजोरी,

मूत्ररोग, रजःवीर्यदोष, रक्तरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, धातुस्राव, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, साग-तरकारी २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११२८. कालीकबै केशरसुनौलो, कबै सुनौलो, स्वर्णमकोय, Golden Makoya Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हर माटोमा सर्वत्र पाइन्छ । यो २-५ फिटसम्म अग्लो, सेतो फूलमा सुनौलो केशर, पात चेप्टो, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुन्छन् । यो ३ महिने बुटी सधैँ उम्रने, बढ्ने र गोला तेलीयगेडा फल्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, मूत्रल, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, निद्राजनक, उदररोगमा लाभदायक, मृदुरेचक, कपालरक्षक-शक्तिप्रदायक, बलकारक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, कुपोषण, अनिद्रा, केश खुइलिने-छिटो झर्ने, शारीरिक कमजोरी, अर्श, कब्ज, हृदय-मिर्गौला सुक्दै जाने, रक्तरोग, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, कामला, पेट पोल्ने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजतेल १० र स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज वटी २-३ वटा, साग-तरकारी/बफाएको/उसिनेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११२९. काप्रो लहरे, काभ्रो लहरे डाली, Kapro Tree Lahare

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा मध्यपहाडी क्षेत्रमा पाइने पतझर रूख हो । यो ४०-६० फिट अग्लो रूख अन्य काप्रोझैँ तर डाली तल फर्किन्छ । यो लहरिएर फैलिन्छ । यसको स्वाद टर्रो-नयाँ पात कोपिला अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** नयाँ पात-कोपिला, बोक्रा, चोप, फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, सङ्कोचक, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, पत्थरीनाशक, शोथघ्न, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, गुल्महर, उदररोगमा लाभदायक, हृदय हितकारी, रस-रक्तवर्द्धक, मूत्रल, ठन्डाकर, पित्तरोगहर, पित्तज्वरहर, नेत्रज्योतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, दम, खोकी, कफवृद्धि, जलोदर, घाउ-खटिरा, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, अर्श, गुल्म, ज्वर, सङ्ग्रहणी, ग्यास्ट्रिक, मन्दाग्नि, रक्तस्राव, आन्द्रा सुन्निने र पाठेघर खस्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### ११३०. काभ्रो तितो, अखजी कापडो, काप्रो, Testless Kapro Tree

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ठूलो रूख, पतझर, धेरै हाँगाबिँगा भएको, पात चेप्टो हुन्छ र गेडा लाग्छ । यो फल पाकेपछि नमीठो हुन्छ तर औषधीय प्रयोग गरिन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही तितो, हल्का गन्हाउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा, चोप, फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, कण्ठशुद्धिकर, उदररोगमा उपयोगी, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचन वृद्धिदायक, हैजा नियन्त्रक, अर्शोघ्न, बलकारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, अर्बुद, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको समस्या, टन्सिल, गानो, श्वासरोग, हैजा, अर्श, जोर्नीवाथ, कामला, जलोदर, मन्दाग्नि, आमवात, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

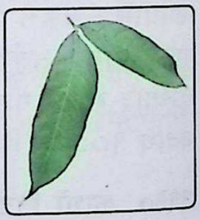
### ११३१. काली काठ, कालो रूख, Kalikath Plant, Blackwood Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ६०-८० फिट अग्लो, पात लाम्चो-चुच्चो, गेडा हरियो पाकेपछि रुद्राक्षसमान भित्र सुन्तलाकेस्राभैंँ तर कडा हुन्छ। एक दानामा ५-७ वटा केस्रा हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, कृमिमारक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, रक्तवर्द्धक, ॠतुधर्मनियामक, वातव्याधिहर, रक्तरोगहर, बलकारक, पुष्टिकर, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, मूत्रकृच्छ्र, रक्तरोग, अर्श, रगतको कमी, उदरशूल, मुख-जिब्रोका बिबिरा, हैजा, रक्तस्राव, रक्तदोष, हृदयरोग, पेटका जुका, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### ११३२. काँकडासिङ्गी, मेषशृङ्गी, Steward, Insect Gall in Pistacia, *Pistacia chinensis* (Family : Anacardiaceae)

**चिनारी :** यो २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, ३-५ फिटको गोलाइ, दुवैतिर गएका लाम्चो चुच्चो पात २-५ इन्च लामो र १-२ इन्च चौडा, फूल रातो वा सेतो, असोज-मङ्सीरमा गोलो भेडासिङसमान फल्छ जसलाई कीराहरूको घर भनिन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग :** चोप, बोक्रा र फल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, विषघ्न, पत्थरीहर, वामक, श्वासरोगहर, वातनशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले फोक्सो/श्वासनलीशोथ, गला-घाँटीका रोग, हैजा, रक्तश्राव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, सुन्निएको, विषप्रभाव, जिब्रो-मुखका बिबिरा, दम, खोकी, पिनास, निमोनिया-रुघा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, चूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ११३३. काँकडासिङ्गी, काकरशृङ्गी, Steward, Insect Gall in Pistacia Tree, *Pistacia chinensis* (Family : Anacardiaceae)



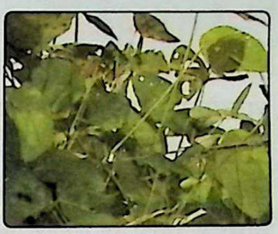
**चिनारी :** यो ५००-२५०० मिटरमा असोज-मंसिरमा पाइन्छ। यो ५०-६० फिट अग्लो, पात २-५ इन्च लामो र १-२ इन्च चौडा हुन्छ। ५-७ फिटको गोलाइ हुन्छ। यसलाई कीराहरूको घर भनिन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप, बोक्रा र कीराको घर। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, विषघ्न, पत्थरीहर, वामक, श्वासरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले फोक्सो/श्वासनलीशोथ, गला-घाँटीका रोग, हैजा, रक्तस्राव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, सुन्निएको, विषप्रभाव, जिब्रो-मुखका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, चूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### ११३४. काइयोफल ठूलो, कनकरा, कथाचम्पा, Nepal Pellet Shrub Plant, *Pavetta indica* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो वा लाम्चो-फराकिलो, सेतो केही रतो थुङ्गामा फुल्ने, चारपत्रे जुँगा भएका, हाँगाहरूको टुप्पोमा फुल्ने, हरियो गोलो गेडा पाकेपछि नीलो-कालोभित्र सेतो हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव शीतल

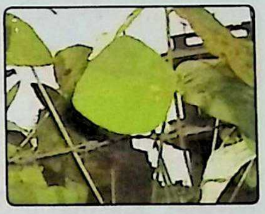
हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज, फूल, पात र बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीनाशक, कफनाशक, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, मधुमेहहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, पत्थरी, रक्तदोष, मासिकअधर्म, मधुमेह, घाउ-खटिरा, कामला, श्वासरोग, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फूलस्वरससुई २-१० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

**११३५. काउसेसिमी सेतो, काउछो सिमी सफेद, Kausesimi seto Plant, *Canavalia* sp.** (Family : Fabaceae)



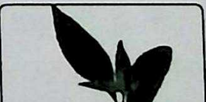
**चिनारी** : यो प्रायः गर्मी हावापानीमा खेती गरिन्छ। यो वैशाख-जेठमा उम्रने, साउन-भदौमा सेतो फुल्ने, चेप्टो त्रिपत्रक, कार्तिक-मंसिरमा कोसाभित्र परिपक्व तेलीय वा पिठोयुक्तगेडा हुन्छन्। यो झ्याङ सुक्छ र जरा सेतो हुन्छ। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव शामक-उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सप्तधातु उत्पादक, रज-वीर्यवर्द्धक-पुष्टिकर-बलकारक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, मेदमज्जाकारक, वाजीकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कमजोर, सप्तधातु क्षय, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, जोर्नीदर्द, दुब्लो-पातलो-लुरे, धातुरोग, तनाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, सन्धिशोथ, अतिश्रमको पीडा, पक्षाघात, कटिवात, आमवात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० मि.लि., वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, रोटी १-२ वटा, दाल १ थाली, धूलो-सातु/उसिनेको वा भुटेको २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

**११३६. कालीबेलो रक्तपित्तानी, रायधनीलता कालीबेल, पित्ती, Black Creeper, *Ventilago calyculata*** (Family : Rhamnaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पराश्रयीलता, पात २-५ अङ्गुल लामो र १-३ अङ्गुल चौडा चेप्टो, दूधेलता, फूल कालो-नीलो फुल्ने, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, दन्तरक्षक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, यौनरोगहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, कण्ठशोधक, रक्तशोधक, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, ज्वर, घाउ-खटिरा, पत्थरी, अर्बुद, दुबी, दाद, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, दाँतरोग, अर्श, जोर्नीवाथ, कुष्ठ, गृध्रसी, अङ्गशोथ, कटिवात, ढाड-कम्मर-घुँडा दर्द, गला-घाँटीका रोग, जलोदर, क्षय, कफवृद्धि, रक्तरोग, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**११३७. कालमेघ सेतो, सफेदघोडसाँवा, अंकुरीफूल लमतन्ने, काबली, King Of Bitters, Creat, *Andrographis paniculata*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १-४ फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगा हुने झाडी, डाँठ हरियो, पात १०-२० से.मि. लामो र ४-७ से.मि चौडा भएको, फूल साना सेतो रङका केशर कलेजी थोप्लामा हुन्छ। बीज हल्का रातो-खैरो तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, मेदहर, रक्तशोधक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय**

**उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कलेजोरोग-हेपाटाइटिसहरू, ज्वर, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, मोटोपन, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, आउँ-पखाला, गाँठा-गिर्खा, अजीर्ण, अरुचि, ग्यास्ट्रिक, उदरशूल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**११३८. कामालता, लांगुलीलता, बाघपादिनीबेलो, Tiger Foot Creeper, *Ipomoea pestigrides*** (Family : Convolvulaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० फिट लामो फैलिने लता, बाघको खुट्टासमान पात-रोमश-पन्जाकार ५-९ भागमा विभक्त हुन्छ, फूल गुलाबी रङको, फल लाम्चो-गोलो चुच्चो परेको दुई भागमा हर २/२ बीज तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल र बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वाजीकर, कामोद्दीपक, वातव्याधिहर, मृदुरेचक, शोथघ्न, विस्फोटक, रजःवीर्यसुधारक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, कब्ज, अर्श, यौनकमजोरी, पिलो, अङ्गशोथ, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, बाँझोपन, रजःवीर्यदोष, राजयक्ष्मा, जलोदर, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गर्भरोग, रक्ताल्पता, नपुंसकता, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**११३९. काउनु वनको पहेँलो, वनकागनी, कगुंनीपत्रा, पञ्चगन्धा, Yellow Foxtail Plant, Pigeon Grass, *Setaria glauca*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, भालाकार पात लामो, फूल पहेँलो बालामा लामो पुष्पदण्ड भएको, फल लाम्चो घोगामा कैयौं तेलीय बीजहरू र भुस भएको हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, वातहर, कफनिस्सारक, बलकारक, विषघ्न, नेत्ररक्षक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, कब्ज, अर्श, मूत्ररोग, मुत्रकृच्छ्र, ज्वर, पत्थरी, कामला, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवाथ, रतन्धो, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोले/काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., ढिँडो १-२ चोइली, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**११४०. कागमकै, कौवाघोगा, Crow Corn Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । माटोः यो ढाँण-ढल्यानमा सबै माटोमा मिल्छ किन्तु राम्रो उत्पादन भने चिम्ट्याइलो-चिप्लो माटोमा हुन्छ। हावापानी : यो खाली जमिनमा उम्रन्छ र ३-५ महिनामा बिरुवा हराउँछ र गानामात्र जमिनभित्र रहन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, भदौ-असोजमा घोगामा दाना हरियो पाकेपछि रातो, पातका २ हाँगामा १०-१२ पात लाग्छ, कन्द हुन्छ । स्वाद परपराउने-पीरो-कोक्याउँछ। स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, उत्तेजक, शोथनाशक, चर्मरोगमा उपयोगी, वमनकारक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको गानोलाई गाईको पुरानो घ्यू वा तेलमा डढाएर मालिस/लेपन गर्नाले छालाका समस्त रोग, सुन्निने, दुख्ने सन्चो बनाउँछ।

### ११४१. काँश पहाडी सानो, निशि, छोटीकाँश, अशिरी, हिमालीपानीकाँश, लेकजलकाँश, Small Thatch Grass, Water Thatch Grass, *Saccharum panicum* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो १०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ठन्डा क्षेत्रका चिस्यान छिपछिपे ठाउँमा मिल्छ। यो २-३ फिट अग्लो, मूलडाँठ गाँठा-गुठी परेको, आँख्लावाट भालाकार पात निस्केका-किनार मोडिएका, शरदऋतुमा फुल्ने, शीतऋतुमा पुष्प छिप्पिएपछि गेडा लाग्छन्, जरा सेता-फुस्रो हुन्छन्। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : जरा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कषाय-मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, मूत्रल, पित्तघ्न, पत्थरीहर, वातव्याधिनाशक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यशोधक, ऋतुधर्मनियामक, कफनिस्सारक, तृप्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, मिर्गौलारोग, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, मूत्रकृच्छ्र, पित्तज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, मासिकअधर्म, दम, खोकी, रक्तविकार, जिब्रो-मुखका घाउ, प्यास लागिरहने, ओच्छ्यानमा थाहा नपाइकन पिसाब गर्ने, तनाव, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, ताजा रस/काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., घनसारचिनी १ -५ ग्राम, वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### ११४२. कागती, निम्बुक, नींबू, निम्बु, Lime, Key Lime Plant, *Citrus aurantiifolia* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-१५ फिट अग्लो, हल्का काँडादार हाँगाबिँगा, चेप्टो पात बास्नादार, सेतो फुल्ने, फल गोलो हरियो पाकेपछि पहेँलोभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। फलको बोक्रा पातलो भएकाले कागती निँबू भनिन्छ। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अम्लकारक, पाचक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, रक्तशोधक, रक्तविकारहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, हृदय हितकारी, तृप्तिकारक, स्मरणशक्ति प्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, अर्श, अम्लपित्त, तिर्खारोग, रक्तदोष, हृदयरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, गतिशील अङ्गहरूका कडापन, हैजा, मन्दाग्नि, स्मृतिह्रास, अपच-अजीर्ण, अरुचि, रक्तस्राव, पित्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पातले चर्मरोग, कफवृद्धि, कृमिरोग, शोथ हटाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### ११४३. कागती सुन, सुनकागती, मधुकुक्कुटिका, स्वर्णनिम्बु, Golden Sweet Lemon Plant, *Citrus limetta* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरूमा हल्का काँडा, पात चेप्टो, पुष्प सेतो, गोलो फल पाकेपछि सुनौलो भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। यसको फल बोक्रा पातलो भएकाले सुनकागती भनिन्छ। यसको बीज सङ्कोचक र पात चर्मरोगहर, कृमिमारक तथा कफनाशक मानिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, अग्निवर्द्धक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, रक्तदोष निवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, मेदहर, स्मरणशक्ति प्रदायक, पेट पोल्ने र अर्शमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको फलले रक्तस्राव, अरुचि, अपच, पित्तवृद्धि,

पत्थरी, अर्श, मोटोपन, हृदयरोग, स्मरणशक्तिह्रास, अर्बुद, आँखारोग, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/खोटो १-२ ग्राम, फल टुक्रा चौथाइ-आधा, धूलो १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

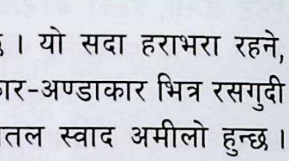
**११४४. कागती मीठो गर्मीको, बृहत्मधुकुक्कुटिका, बृहत्मधुरनिम्बु, Big Sweet Lemon Plant, Big Lime Plant, *Citrus* sp.** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरूमा हल्का काँडा, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फल गोलाकार पाकेपछि सुनौलो भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। फलको स्वाद अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, अधिक ऋतुस्राव निरोधक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, रक्तदोषनिवारक, अर्बुदहर, स्मरणशक्तिदायक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, हृदयरोग-संकुचन, गाँठा-गिर्खा, अर्श, स्मृतिह्रास, अरुचि-अपच, मन्दाग्नि, पत्थरी, पित्तज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/ चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/वटी १-२ ग्राम, कागती टुक्रा चौथाइ-आधा भाग, बोक्रा १-२ टुक्रा, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क ३० मि.लि. ३-५ पटक।

**११४५. कागती सदा फल्ने-फुल्ने, सदाबहार कागती, सदा निंबु, Whenever Flowring and Fruiting Lemon Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका क्षारीय माटोमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट अग्लो, साना काँडा भएका हाँगाहरू, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फल गोलाकार-अण्डाकार भित्र रसगुदी र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात। फलको स्वभाव शीतल स्वाद अमीलो हुन्छ। पातको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : फल अम्लकारक, मूत्रल, अग्निवर्द्धक, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, मेदहर, नेत्ररक्षक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अर्बुदहर, तृप्तिदायक मानिन्छ। यसको पात चर्मरोगहर, व्रणरोपक, शोथघ्न, कफघ्न, वातहर, पीडाहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको फलले नेत्ररोग, मन्दाग्नि, कडा-साह्रो हुँदै सुक्दै जाने मुटुरोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, वातपित्त, मोटोपन अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चौथाइ-आधा फल टुक्रा, स्वरस/लेदो/खोटो/धूलो १-२ ग्राम, काढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क ३० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

**११४६. काकमारी, काकफल, काकघ्नी, जरमेह, Levant Nut, Poison Berry Plant, *Anamirta cocculus*** (Family : Menispermaceae)



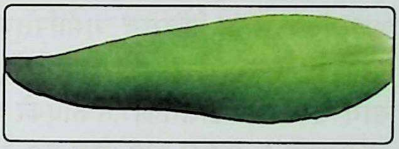
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो पराश्रयी लता, पत्ता हृदयआकृति, पहेँलो-सेतो सानो बास्नादार फूल, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू सुकेपछि मरिचसमान काला हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, उत्तेजक, वातव्याधिहर, विषकारक, शोथघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको सबैभाग पञ्चगव्यमा पकाएर-डढाएर शेष घ्यूमात्र छानेर शरीरमा मालिस गर्नाले छालाका समस्त रोग, सुन्निएको, दुखेको, हावा भरिएर फुलेको, गाँठा-गिर्खा, सर्प विष, पागल जनावरले टोकेको इत्यादिमा लगाउँदा सन्चो गराउँछ। तेल लेपन-मालिस गर्दा धेरै वर्षको पुरानो वातरोग सन्चो पार्छ। यो फललाई शोधन-मारण गरी शुद्धता ल्याई विषनाशक ओखती बन्छ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा,

स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, १-२ टुक्रा, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५० र अर्क ३० मि.लि. ३-५ पटक।

**११४७. काकतुण्डी, कौवाडोडी, वनपिचुल, Blood Flower, Butterflyweed, *Asclepias curassavica*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, रक्तपुष्पी, पात लामो कनेरसमान, भालासमान चुच्चो कोसाभित्र सेतो भुवा र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको सबै भाग प्रयोगमा आउँछन्। यसको उष्ण स्वभाव र स्वाद पिरो-टर्रो र हल्का तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वमनकारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, पित्तस्रावक, स्वेदजनक, कफघ्न, कृमिमारक, विरेचक, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, रक्तस्राव, कफवृद्धि, दम-खोकी, टन्सिल, दन्तशूल, पसिना नआउने, अर्श, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण/भस्म/खोटो १-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा २-३ पटक।

**११४८. काकी, काकजेंबू, अतुकनिला, बेलिकाया, Delek Air Tree, *Memecylon angustifolium*** (Family : Melastomataceae)



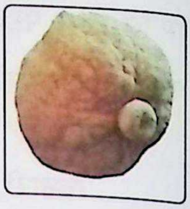
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो झाडी १०-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो-चुच्चो गाढा हरियो, नीलो फुल्ने, गोलो गेडाभित्र तेलीयबीज हुन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। यसको पात, बोक्रा, फूल र फल प्रयोग गरिन्छ। यो शीतल स्वभावको र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, तृर्खानिवारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, ज्वरघ्न, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मृदुरेचक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले उदररोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, ग्यास्ट्रिक, अर्श, ज्वर, प्यास लागिरहने, पिसाब नहुने, शिरमण्डलका समस्या, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., ३-५ फल, १ वटा पात, फूल २-३ वटा ३-५ पटक।

**११४९. कागपत्ते साग, कौवापत्ते, कनकौवा, बोकना, कौवाशाक, Crow Leaf Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका चिस्यान भूमिमा पाइन्छ। यसको कागको चुच्चोसमान पात हुन्छ। १-२ फिट अग्लो, सेतो/पहेँलो फुल्ने, सानो कोसामा मसिना तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो, हल्का तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, शीतल, मूत्रल, पित्तहर, पित्तज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, मृदुरेचक, पत्थरीहर, रुचिकर, ऋतुस्राव नियामक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पिसाब कष्टता, ज्वर, पत्थरी, मिर्गौला सुक्ने, हृदय सुक्खाराम-कडा हुने, रगतको कमी, कब्जियत, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

**११५०. कालमोगरा, गरुडफल, कंटेल, कडवी कोठ, Kalmograa, Kostho Fruits, Khastel Oil, *Hydnocarpus wightiana*** (Family : Achariaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो चालमोगराको जातिमा पर्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो वृक्ष, पात सीताफलको पातसमान केही लामो, गोला फलभित्र तेलीय दाना धेरै हाँगाबिँगासहित हुन्छन्।



**प्रयोग हुने प्रमुख भाग :** फल भित्रको दाना । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो-तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कुष्ठघ्न, चर्मरोगहर, कृमिनाशक, व्रणरोपक, पीडाहर, रक्तशोधक, उत्तेजक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दुबी, दाद, कुष्ठ, कालो कुष्ठ, छाला चिलाउने, छाला अर्बुद, दादुरा, लुत्तो, सुकेलुत्तो, जनैखटिरा, बिग्रेको-कुहिएको घाउ, बिबिरा, रक्तदाग, यौनरोग, उदरकृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसलाई लगाउने-मालिस गर्नुपर्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक खाने ।

**११५१. कानेझार चिप्ले, केना, कना, कंजुरा, काना, कौवा कैनी, Swamp Dayflower, Ear leaf Herb, *Commelina obliqua*** (Family : Commelinaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सदा सर्वत्र पाइन्छ । यो आधा फिट अग्लो-भुइँमा फैलिन्छ, पात लाम्चो, कानसमान नीलो फुल्ने पहेँलो केशर भएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का अमिलो-मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, अर्शोघ्न, रेचक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, पित्तघ्न, रक्तदोषहर, अग्निकारक, रुचिकर, विषघ्न, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, कब्ज, अर्श, विषप्रभाव, पित्तरोग, गर्मीपित्तज्वर, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कमलपित्त, रक्तदोष, हृदयरोग, आँखा र कानको रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, पेट सुक्दै जाने सुकेनाश, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, जरा/बीज/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क/तेल १० र क्वाथ/रस ५० मि.लि., पात/डाँठ/जरा/मुन्टा ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**११५२. कानेझार गुलाबीफुल्ने, गुलाबीकेना, गुलाबी कन्जुरा, Rose Swamp Day Flower Herb, *Commelina* sp.** (Family : Commelinaceae)

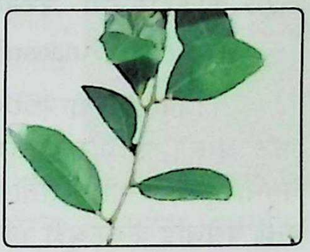
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात लामो सानो मांसल, गुलाबी फुल्ने, कोसामा मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्नेहनकारक, मूत्रल, रेचक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अर्बुदहर, हृदयहितकारी, रक्तदोषहर, नेत्ररक्षक, कर्णरोगहर, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हृदयरोग, अर्श, कब्ज, रक्तस्राव, नेत्र र कर्णरोग, ज्वर, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, प्रारम्भको अर्बुद, मन्दाग्नि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** कलिलो साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० रक्वाथ ५० तथा रस ४० मि.लि., डाँठ १-२ वटा, पात १-५ वटा, जरा १-३ वटा ३-५ पटक ।

**११५३. कानेझार रातो फुल्ने, लालकेना, रक्तकन्जुरा, लालकैनी, Red Ear Leaf Herb, Swamp Red Day Flower, *Commelina* sp.** (Family : Commelinaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो वा भुइँमा फैलिन्छ, पात लामो-सानो मांसल मुसाको कानसमान, रातो फुल्ने बीचमा केशर पहेँलो, तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रेचक, मूत्रल, पित्तनाशक, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, अग्निकारक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, विषघ्न, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, मुटुरोग, कब्ज, अर्श, कमलपित्त, पत्थरी, अम्लपित्त, मन्दाग्नि, ज्वर, मलावरोध, पिसाब कष्टता, आन्द्राका घाउ-खटिरा,

गाँठा-गिर्खा, आँखा कमजोर, कर्णरोग, सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : कलिलो पात, मुन्टा र डाँठको साग-तरकारी/उसिनेको/ बफाएको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ/रस ५० अर्क/तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., पात/डाँठ/मुन्टा ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**११५४. कागती वनेलु छोटो हाँगे, अटवी जम्मीरी, जङ्गली निंबु, Jungali Lemon Plant, *Atalantia monophylla***
(Family : Rutaceae)

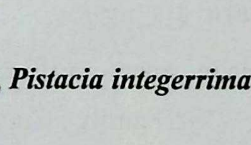


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायकमा वनमा पाइन्छ । यसको काँटेदार सानो रूख, चेप्टो बाक्ला पात, साना हाँगा फैलिन्छन्, छोटो शाखा-प्रशाखा, गोला पात, सेता फूल, गोलाकार पहेँलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यो घरेलु कागतीसमान हुन्छ । यसको फलको रस, बीज, फूल र पात प्रयोग गरिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फल हृदयहितकारी, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, पाचक, अर्बुदहर, तृप्तिदायक, स्मरणशक्तिपरक, मानसिकरोग र तनावमा उपयोगी, नेत्ररक्षक मानिन्छ । फूलको तेल वातव्याधिहर, शीतहर, पीडानाशक, शोथहर मानिन्छ । यसको पात विषनिवारक, चर्मरोगहर, पक्षाघात र पक्षपातमा उपयोगी हुन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको फलले अरुचि, अपच, हृदय कडा र सुक्खा भएको, हैजा, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तदोष, छालाका रोग, अर्श, गाँठा, गिर्खा, घाउ-खटिरा, पोलेको, विषप्रभाव, वमन, हैजा, स्मरणशक्तिह्रास, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, फल चौथाइ-आधा, स्वरस/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, चटनी ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

**११५५. काँकडासिङ्गी पहाडी, रनिबलाई, अरखोल, करकरशृङ्गी, यरागदुमिनु, परागंदुमिनु, Rhus Tree, Wax Tree, *Toxicodendron succedaneum*** (Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो १०००-२००० मिटरका समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, मध्यमवृक्ष, दुवैतिर गएका लाम्चो पात टुप्पोमा चुच्चो, हरियो पहेँलो फुल्ने, पुरानो वृक्षमा चोप निक्लन्छ । नयाँ पालुवा रातो, पहेँलो फुल्ने, गोला दानातेलीय हुन्छन् । यसको दानालाई कुटेर-पकाएर साँचोबाट दबाएर मैन निकालिन्छ । यसको प्रयोग हुने प्रमुखभाग भनेको चोप अथवा मोम (मैन) नै हो । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, सङ्कोचक, रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, दर्द, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, कफवृद्धि, फोक्सोज्वर, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, हाडक्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १०, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल/गेडा १-२ वटा २-३ पटक ।

**११५६. कर्कटशृङ्गी गर्मीको, गुरगु, काँकडा, काँकडासिंघी, Carb's Claw, Zebra Leaf, *Pistacia integerrima***
(Family : Anacardiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो-ठूलो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, फूल सानो रातो चैतमा फुल्ने र चेप्टो गेडाभित्र तेलीयबीज, पातमा भेडाको सिङजस्तो रातो रङमा उम्रन्छन् । पछि सुकेपछि काला देखिन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख भाग** : यही भेडाको सिङ्झैँ र बीज हो । बोक्रा र पात पनि प्रयोगमा आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, त्रिदोषशामक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर,

तिक्तकषाय-उष्णवीर्य, अर्बुदहर, बालरोग र क्षयमा उपयोगी, शोथहर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, कफवृद्धि, बालरोग, क्षय, आउँ-अतिसार, श्वासनली सुन्निएको दर्द, अर्श, गाँठा-गिर्खा अर्बुद, पेटका समस्त जुका, हिक्का, गला-घाँटीका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : सिङचूर्ण १-२ ग्राम, पञ्चाङ्ग चूर्ण/स्वरस/लेदो/खोटो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म चौथाइ ग्राम, चोप आधा-एक ग्राम २-३ पटक।

**११५७. काँकरसिङ्गी उच्चलेकाली, कर्कटशृङ्गी हिमाली, Chinese Pistache, *Pistacia chinensis***
(Family : Anacardiaceae)

**चिनारी** : यो २०००-३००० मिटरका उच्चलेकमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पतझर, पालुवा रातो, दुवैतिर गएका लामा-फराकिला पात, यो चैतमा फुल्ने र गोला रातो तेलीयगेडा भदौमा पाक्छ, पातमा भेडाको सिङजस्तो बन्छ यसैलाई कर्कटश्रृङ्गी भनिन्छ। पुरानो वृक्षमा चोप निस्कन्छ। यसको सबैभाग उपयोग गरिन्छ। यसको उष्ण स्वभाव र स्वाद टर्रो, हल्का तितो थोरै पिरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कृमिमारक, सङ्कोचक, उत्तेजक, त्रिदोषनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, कफनिस्सारक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, गलाग्रन्थिरोग र क्षयरोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले टन्सिल, रुघा-चिसो, दम, खोकी, जलोदर, फोक्सो अर्बुद, पाठेघर सुन्निने, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, पेटका जुका इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/खोटो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, चोप र सिङ १-३ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक।

**११५८. काँक्रो सर्पझैँ, लाम्चो काँक्रो, कर्कटी, एर्वारु, काकुर, कसद, Snake Cucumber, *Cucumis utilissimus***
(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो गर्मी ठाउँमा राम्रो खेती हुन्छ। यो सानो सर्पसमान लता वर्षायु, शाखा-प्रशाखाहरू, फराकिलो पत्र हस्ताकार-गोलो, फूल सुनौलो, फल बेलनाकार १-३ फिट लामो भित्र गुदी र सेता तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, मूल र पातरस। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रुचिकर, तृप्तिकारक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, बृक्कशक्तिदायक, अग्निवर्द्धक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, शुक्राश्मरी, मूत्राघात, मूत्रदोष, ज्वर, अरुचि, अपच, कब्ज, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, जलन-गर्मीपित्त, अनिद्रा, मिर्गौला सुकेको, प्यास लागिरहने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., आधा-एक काँक्रो, लेदो/घोल/साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**११५९. काँक्रो काँडा हुने सानो, पर्वते काँक्रा, त्रपुषी, मगतुसी, White Throny Cucumber, *Cucumis* sp.**
(Family : Cucurbitaceae)

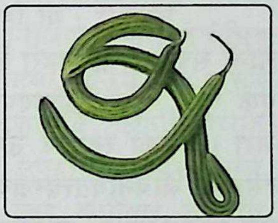
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ। यो वर्षायु लता, पात हत्केला आकार, फूल एकलिङ्गी पहेँलो, एउटै लतामा सानो/ठूलो स्त्री-पुरुष पुष्प, फल चिल्लो बेलनाकार बोक्रामा मसिना-नरम काँडा, भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पित्तरोग,

कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तज्वर, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, अर्श, कब्ज, अनिद्रा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि., टुक्रा १-३ वटा, बीजचूर्ण ५-१० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**११६०. काँक्रो चिल्लो सानो, बालुकी, क्षेत्रकर्कटी, फूट, बुंतुसि, Snap Melon, *Cucumis melo*** (Family : Cucurbitaceae)

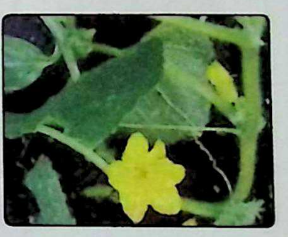
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु लता, डाँठमा काँडा, पञ्जाकार नरम पातहरू, सुनौलो फूल पञ्चपत्रक, फल बेलनाकार/अण्डाकार पाकेपछि पहेँलो हुन्छन् । भित्र रसदार गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरहर, पत्थरीनाशक, रुचिकर, कलेजो-बृक्कपुष्टिकर, रक्तशोधक, रक्तदोषहर, तृप्तिकारक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, अरुचि, अपच, पिसाबको रोग, मिर्गौला र कलेजो सुक्ने इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : तेल १० मि.लि., अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., फल १ वटा, फल बोक्राचूर्ण/बीज ५-१० ग्राम, टुक्रा ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**११६१. काँक्रो मुटुपाते, कर्कटी हृदयाकार, ककडी, तुसी, Serpent Cucumber, *Cucumis* sp.** (Family : Cucurbitaceae)



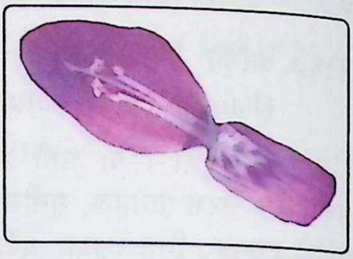
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायुलता, भेट्नु भएका हृदयाकार पातहरू एकलिङ्गी फूल पहेँलो फुल्ने, लाम्चो-बेलनाकार फलभित्र रसदार गुदी र तेलीय बियाँहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, अश्मरी-पत्थरीहर, तृप्तिदायक, ज्वरनिवारक हृदयहितकारी, तनावहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, ऋतुधर्मनियामक, मृगोलापोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अमिलो पानी आउने, कामला, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, अर्श, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, सुकेको मिर्गौला, कब्ज, पित्तज्वर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, टुक्रा २-३ वटा, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**११६२. काँक्रो धर्से चिचिन्डोसमान, चिनाक कर्कटिका, राजिलफला, कुन्द्रु, Wild Cucumber, Jungali Long Cucumber, Long Cucumber, *Cucumis* sp.** (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाल लता वर्षायु, पात चेप्टो सेतो धर्सा भएको, पहेँलो फुल्ने, धर्से फल चिचिण्डोसमान ४०-५० से.मि. लामा १०-१५ से.मि. मोटाइका धर्काहरूभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तृप्तिजनक, मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिशक्तिदायक, रजःवीर्य-बीजसुधारक, मृदुरेचक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तज्वर, पत्थरी, मिर्गौला सुक्खाराम, ग्यास्ट्रिक, मूत्रकृच्छ्र, पित्तज्वर, उदररोग, मानसिक तनाव, पेटको जलन, विषप्रभाव, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तस्राव, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, वीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., फल १ वटा, बीज ५-१० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**११६३. काकजङ्घा पहाडी, मसी, मर, काकतिक्ता, काका, Hill Ink Plant, *Peristrophe bicalyculata***
(Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, कमलो हाँगाहरूमा चेप्टो पात, काण्डको टुप्पोमा झुप्पोमा बैजनी/नीलो फुल्ने, अण्डाकार, पाकेको पहेँलो फलभित्र कालो कागचुच्चो भएको तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, पात र मूल । यसलाई पानीमा पकाएर खोटो बनाई मसीमा प्रयोग गरिन्थ्यो । यसको स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कृमिघ्न, कण्डूघ्न, रक्तदोषहर, व्रणरोपक, अग्निवर्द्धक, बालग्रह र ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, ज्वर, श्लीपद, विषप्रभाव, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, कृमि, कुष्ठ, दाद, योनिरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, बालग्रह-भूतप्रेत वाधा, पेटका जुका, रक्तविकार, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बीजको माला लगाउँदा रक्तमा विद्युतीयऊर्जा प्राप्त हुन्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ६० तथा अर्क ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज तेल ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

**११६४. कागनासा दूधेलता, काकभुसुण्डीलता, कागचुच्चे लहरो, काकधारणा, सुनासिका, Milky Crow Mouth Plant, Crow Creeper Plant**

**चिनारी** : यो हिमालय क्षेत्रका ठन्डी जलवायुमा पाइन्छ । यो दुग्धलता, विशाल लहरो धेरै फैलिन्छ, गानो सदा रहन्छ, लहरो हिउँदमा सुक्छ, पत्रदण्डमा एक पात फराकिलो पञ्जाकार चुच्चो, पुष्पदण्डमा नीलाभ एक फूल, पुष्प छिप्पिएपछि कागचुच्चोसमान फल लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, पात र जरा । यसको स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ र स्वाद तीतो हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शिरमण्डल रसायन, जीवनीयतत्त्वरक्षक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारिणी, स्त्रीधर्म र मधुमेहमा उपयोगी, पुष्टिकर, वेदनाशामक, मेद-मज्जाकारक, दुग्धवर्द्धक, ॠतुधर्मनियामक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, दुर्बलता, जोर्नीवाथ, स्नायुगतवात, गृध्रसी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, बन्ध्यारोग, रक्तस्राव, मधुमेह, प्रमेह, मासिकअधर्म, प्रदर, विषप्रभाव, रक्तरोग, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, फल/पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

**११६५. कागचुच्चे सानो, छोटीकौवातुण्डी, कोट्वा, Crow Mouth Fruit, Milk Weed Plant, *Asclepias curassavica***
(Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । ५-७ फिट अग्लो, दूधे पात आयाताकार रातो फुल्ने केशर पहेँलो, फल लाम्चो, झुत्तोमा कागचुच्चे कोसामा भित्र नरम रुई र तेलीयबीजहरू खैरा हुन्छन् । **प्रयोग गरिने अङ्ग** : जरा, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव ठन्डा हुन्छ र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कफघ्न, पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, कुष्ठघ्न, शिरमण्डल शक्तिकारक, केशरक्षक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, ॠतुधर्मनियामक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पलितरोग, कफजसमस्या, कुष्ठ, दुबी, दाद, शारीरिक दुर्बलता, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, रजःवीर्यदोष, पागलपन, अमस्मार, मानसिक तनाव, रक्तस्राव, विषप्रभाव, रगतको कमी, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** :

स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, दूध ३-५ थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज तेल १०-२० थोपा, बीज पिना ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

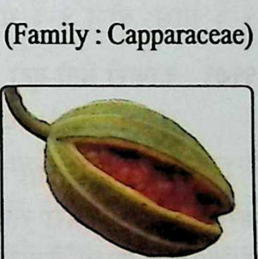
**११६६. काकजङ्घा भुसे, मसी, मर, काकतिक्ता, काका, Hairy Ink Plant, *Peristrophe bicalyculata* (Family : Acanthaceae)**

**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, कमलो हाँगाहरूमा चेप्टो पात, काण्डको टुप्पोमा झुप्पोमा सेतो-निलो फुल्ने, अण्डाकार, पाकेको पहैँलो फलभित्र कालो कागचुच्चो भएको तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, पात र मूल । यसलाई पानीमा पकाएर खोटो बनाई मसीमा प्रयोग गरिन्थ्यो । यसको स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कृमिघ्न, कण्डूघ्न, रक्तदोषहर, व्रणरोपक, अग्निवर्द्धक, बालग्रह र ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, ज्वर, श्लीपद, विषप्रभाव, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, कृमि, कुष्ठ, दाद, योनिरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, बालग्रह-भूतप्रेत बाधा, पेटका जुका, रक्तविकार, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बीजको माला लगाउँदा रक्तमा विद्युतीयऊर्जा प्राप्त हुन्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीजतेल ५-२० थोपा ३-५ पटक ।

**११६७. कानफुकी लहरो, कानफुटी लता, Balloon Plant, *Cardiospermum halicacabum* (Family : Sapindaceae)**

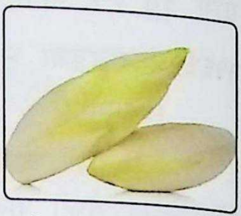
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट लामो लहरो, त्रिपत्रक त्रिशूल पातेपात करेलासमान छिन्नभिन्न भएको, गोलो फलभित्र काला तेलीयबीजहरू, फूल सेतोभित्र केशर पहैँलो हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-हल्का तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, मूत्रल, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, बलकारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, अर्बुद, गृध्रसी, मूत्रकृच्छ्र, घाउ-खटिरा, दम-खोकी, फोक्सोशोथ, ज्वर, कुपोषण, रक्तदोष, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, फल १-३ वटा, पात ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**११६८. काकदानीलता सेतो, कबरा, कबर, किअरी, Capper Plant, Caper, *Capparis spinosa* (Family : Capparaceae)**



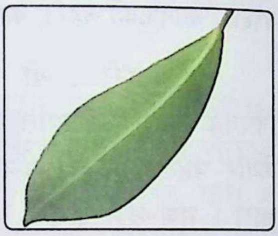
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट लामो फैलिने लहरो, रातो डाँठ, धेरै हाँगाहरू रौँदार नरम, पात अण्डाकार, सेतो फुल्ने-केशर केशर बैजनी वा नीलो बहुत सुन्दरपुष्प, फल लम्बगोल २-४ अङ्गुल लामो, पाकेपछि रातोभित्र गोलो तेलीयबीज, बदाम रङको जरा हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, कफनिस्सारक, विरेचक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पित्तनाशक, नेत्रशक्तिरक्षक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजो रोग, अम्लपित्त, रक्तरोग, मासिकअधर्म, कामला, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, मूत्ररोग, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीज ५-१० ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**११६९. कासनी तीतो, तीतागुलहन्द, Bitter Chicory Plant, *Cichorium* sp.** (Family : Asteraceae)



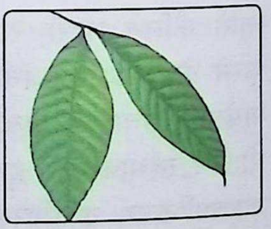
**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्ममा वनमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो गाढा हरियो, नीलो फुल्ने पत्रक चम्किलो, दुधियारस निस्कन्छ, पुष्प परिपक्वपछि फुस्रा तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । जरा मूलासमान सेतो/रातो/पहेँलो माथि टाउको ठूलो र फेद सानो हुन्छ । यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रक्तशोधक, दुग्धवर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, रक्तचापमापक, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, पत्थरीहर, मृदुरेचक, रक्तरोगहर, मेदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मोटापा, रक्तदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, कुष्ठ, दुबी, दाद, यौनरोग, मूत्राम्लदोष वृद्धि, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, पत्थरी, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, मोटोपन, कब्ज, उदरशूल, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-१५ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको २०-५० ग्राम, भुटेको बीज चूर्ण १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

**११७०. कामरूप, कामरूपा, कंठलक, मंदिरिक्ष, पित्तबल, अञ्जन, Tiger Bark Ficus Tree, *Ficus retusa*** (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, दूधे वृक्ष, गाढा हरियो पात पिपलसमान चेप्टो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, फूल सेतो केशर पहेँलो गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद तीतो-हल्का टर्रो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कामोद्दीपक, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, पीडाहर, रक्तदोषनिवारक, शोथघ्न, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पुरानो घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, मस्तकपीडा, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, अर्श, कलेजोरोग, अण्डवृद्धि, योनि कन्दरोग, कुष्ठ, दुबी, दाद, रक्तविकार, अर्बुद, रक्तरोग, ज्वर, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, घाउ, खटिरा, गाँठा-गिर्खा, हाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, दूध ५-१० थोपा, फल १-३ वटा ३-५ पटक ।

**११७१. काकरी सेतो बुटो, श्वेतकाँकरी पेड, Shrub Vinca White Plant, Kopsia white Fruit, *Kopsia fruticosa*** (Family : Apocynaceae)

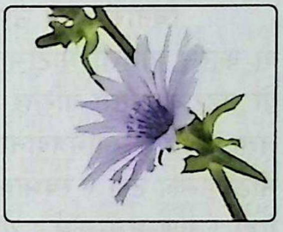


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो गाढा हरियो, फूल सेतोमा रातो टीका भएको पञ्चपत्रक, गोलो गेडाहरू रसदार सेतो फल्छ भित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, मृदुरेचक, तृप्तिकारक, उदररोगमा लाभदायक, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, रक्तस्राव, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग, घाउ-खटिरा, ज्वर, कामला, अम्लपित्त, सुकेको मिर्गौला, कब्ज, अर्श, उदरशूल, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/ लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, फल ५-१० वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र स्वरससुई २-१० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ११७२. काँक्रोझाडी रातो, बालमखीरा, काँकरी, Shrub Vinca Plant, Red Tree Cucumber, *Kopsia fruticosa* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो-फराकिलो-आयाताकार-चुच्चो-गाढा हरियो, फूल पञ्चपत्रक रातो झुप्पामा फुल्ने, गोलो गेडा पाकेपछि कालो भित्र तेलीयबीज र गुदी रसदार हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, पेटको रोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, मूत्ररोग, पेट पोल्ने, पत्थरी, मुख-जिब्रोका बिबिरा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मिर्गौला र मुटु सुक्खाराम, रक्तस्राव, रगतको कमी, मुख सुक्ने, ऋतुप्तिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क स्वरससुई २-१० तथा तेल १० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, फल ३-१० वटा, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### ११७३. काँशनी मीठो, मीठाकासनी, गुलहन्द, Sweet Cichory Plant, *Cichorium intybus* (Family : Asteraceae)



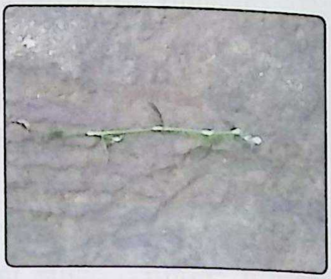
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, गाढा हरियो आयाताकार लाम्चो पात, पत्रकमा सेतो-निलो फुल्ने तारासमान, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू खैरो/फुस्रो लाग्छ र पाक्छन्, जरा मूलासमान माथि ठूलो र फेदमा साँगुरो हुन्छ । यसको रस दूधसमान हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, यकृतपोषक, हृदयहितकारी, विषघ्न, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, मस्तक लाभदायक, वातहर, नेत्ररक्षक, रजःवीर्यसुधारक, उदरशुद्धिकर, कण्ठशुद्धिकर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले श्वासरोग, नेत्ररोग, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, प्रदर, जोर्नीवाथ, आमवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, स्तनमा दूधको कमी, रक्तरोग, गला-घाँटीका समस्या, दम, खोकी, अपस्मार, शिरोरोग, गाँठा-गिर्खा, कलेजो-मुटुरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, साग-तरकारी फलामेभाँडामा उसिनेको/बफाएको/ओल्स्याएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११७४. काउलीच्याउ पहेँलो, Kauliflower Mushroom Yellow Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीका वनमा पाइन्छ । यो वर्षादका दिन लामो झरीताका पहेँलो रङको काउलीसमान हुन्छ, पात हुँदैन । यो हप्तादिनमात्र खानयोग्य हुन्छ । यदि सुकाएर राख्ने हो भने पछिका लागि राम्रो हुन्छ । यसको स्वाद पकाएपछि मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सम्पूर्ण भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा उपयोगी, शक्तिकारक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, पेट पोल्ने, धातुरोग, प्रदर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, मासिकअधर्म, अर्श, कब्ज, रक्तदोष, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### ११७५. काने नीलो फुल्ने, कर्णनीरपुष्प, कर्णबुटी, Ear Leaf Blue, Ear Blue Flower



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट उचो-लामो झार, गोलाकार डाँठ, पात कान आकारको, नीलो फुल्ने हुन्छ । यसको स्वाद अमिलो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, मृदुरेचक, शीतकारक, नेत्ररक्षक, कर्णरोगमा उपयोगी, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कब्ज, अर्श, मुटुरोग, अर्बुद, रक्तदोष, कमलपित्त, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, उदरशूल, पेट पोल्ने, शिरको जलन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११७६. काउसेसिमी मोटोसेतो, कउसोसिमी, White Valvet Bean Plant, *Mucuna cochinchinensis* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । माटोः यो कालो मलिलो माटोमा प्रशस्त फल्छ । २०-४५ डिग्री से. तापक्रममा यो लहराको खेती गरिन्छ र काउसोसमान काम गर्ने हुन्छ । काउसोसमान लता ठूलो, कोसाभित्रदाना सेता हुन्छन् । यो असोज-पुसमा पाक्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कोसाभित्रको गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलवर्द्धक, पुष्टिकर, रजवीर्यवर्द्धक, धातुरक्षक, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको दानाले धातुरोग, जोर्नीवाथ, कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११७७. काउलो, कोह, नाकेम, नेपाली मेदकारी अर्जुन, कउलो, Heart Tonic Plant, Kaulo Arjuna, *Persea duthiei* (Family : Lauraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो गर्मीक्षेत्रमा रोपण गर्दा खेती राम्रो हुन्छ । यो मझौलावृक्ष लगभग ३०-५० फिट अग्लो, पात लामो, बोक्रा रातो, सानो फूल हरियो-रातो हुँदै पाकेपछि कालोभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद मीठो र चिफ्लो, स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जीवनीयतत्त्वरक्षक, अवस्थास्थापक, हृदयपुष्टिकर, बुद्धिवर्द्धक, रसायन, अग्नि-उद्दीपक, मेद-मज्जावर्द्धक, निर्दोष, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, विषघ्न मानिन्छ । स्वाद चिप्लो-मीठो केही टर्रो स्वादिष्ठ र स्वभाव शीतल । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज-मलावरोध, अर्श, सङ्ग्रहणी, रक्ताल्पता अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, शरीरदर्द, हाड फुट्ने-खिइनेमा, पातलो वीर्य-धातुरोग, रक्तपित्त, कमलपित्त, ढाड-कम्मर दुख्ने-सन्धिवाथ, मुटुको चाल ढिलो हुने, कडापन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष,

हृदयरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो २-३ ग्राम, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११७८.कालीनिहुरो, महाकाली, बोलहिया, कालीलिउँडो, Halberd Fern, Anti Piles Plant, *Tectaria estremerana* (Family : Tectariaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, बहुवर्षायु गानो, चैत्र-वैशाखमा नयाँ मुना पलाउँछ, मुठ्ठीभरको कालो गानोमा धेरै उपजरा हुन्छन् । यसको डाँठ कालो, पात फिँजारिएको फराकिलो प्वाँखझैं हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : नयाँ टुसा वा मुना र पुरानो गानो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, अर्शोघ्न, कफनिस्सारक, सङ्कोचक, गर्भाशय पुष्टिकर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरघ्न, मेदहर मानिन्छ ।

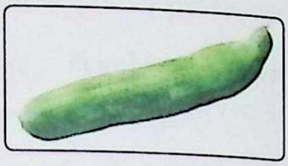
**औषधीय उपयोग** : यसको पुरानो गानोले अर्श, पाठेघर खुकुलो आङ खस्ने, आउँ-पखाला-मासी, हैजा, खोकी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, पेटका रोग, विषप्रभाव, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, कफवृद्धि, पित्तजन्यरोग, रक्तस्राव, अत्यधिक मासिकश्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । नयाँ मुना निहुरो पुष्टिकर, स्वादिलो, लौहतत्त्वले भरिपूर्ण, बलवीर्य बढाउने, समस्त रोगलाई हटाउने रसायन हो । नडढाइकन नभुटेर फलामेभाँडोमा पातलो दाल झानेपछि अथवा कुनै पिठो-पानी राखी पछि ओइरहने, १-२ मिनेट उमाली झिकेर घोटी रस पिउने वा उसिनेर/बफाएर खाने ३०-१०० ग्राम । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० मि.लि., खोटो १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, क्वाथ १०० मि.लि., जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### ११७९. काउसेसिमी मोटो कालो, कालाकउसोसिमी, Black Valvet Bean Plant, *Mucuna cochinchinensis* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कालो मलिलो माटोमा प्रशस्त फल्छ । यो लहराको खेती २०-४५ डिग्री से. तापक्रममा गरिन्छ र काउसोसमान काम गर्ने भनिन्छ । काउसोसमान लता ठूलो, कोसामा भित्रदाना काला हुन्छन् । यो असोज-पुसमा पाक्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कोसाभित्रको गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बलवर्द्धक, पुष्टिकर, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ, हाड-ढाडको रोग, कुपोषण, रगतको कमी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८०. काउसेसिमी गर्मीको रातो, लालकउसोसिमी, **Red Tropical Valvet Bean Plant,** *Mucuna cochinchinensis* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कालो मलिलो माटोमा प्रशस्त फल्छ । यो लहराको खेती २०-४५ डिग्री से. तापक्रममा गरिन्छ र काउसोसमान काम गर्नेमा गनिन्छ । काउसोसमान लता ठूलो, कोसामा भित्रदाना राता हुन्छन् । यो असोज-पुसमा पाक्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । स्वभाव उष्ण शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कोसाभित्रको गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बलवर्द्धक, पुष्टिकर, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, हाड-ढाडका रोग, जोर्नीवाथ, कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढ्यौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल ३-५ पटक ।

### ११८१. कालोजिरा झुसे, रोमश तिक्तजिरक, **Black Cumin Hairy Plant, Purple Fleabane,** *Centratherum anthelminticum* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो प्रायः समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी हावापानीमा सर्वत्र खेती हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, रोमश, वर्षायु, पात चेप्टो केही लाम्चो चुच्चो किनारा काटिएको, हाँगा कमलो, श्वेतपुष्पमा नीलो केशर छत्राकार, फूलको थुङ्गोमा फल परिपक्व भई बीजहरू दुवैतिर चुच्चो परेका काला रङका लगभग ५-७ मि.मि. लामो र २-३ मि.मि. चौडाइका हुन्छन् । यो वैशाखतिर उम्रन्छ र मंसिरमा पाक्छ । स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कटुतिक्तपुष्टिकर, अग्नि-उद्दीपक, समस्त ज्वरहर, मलमूत्र निष्कासक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, कृमिनाशक, मेदहर, उच्चरक्तचाप घटाउ र मधुमेहमा उपयोगी, पाचक, यकृतपोषक, रक्तदोषहारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, पित्तरोग, कमलपित्त, ज्वर, अम्लपित्त, रक्तपित्त, आउँ-मासी, सङ्ग्रहणी, अर्श, रक्तदोष, पत्थरी, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., खोटो १ ग्राम, वटी १-२ वटा, १/१ बीज चुसिरहने ३-५ पटक ।

### ११८२. काँक्रो, शुशीतल, पहाडी खीरा, काँकडी, **Cucumber Plant, Gherkin,** *Cucumis sativus* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो ठूलो पहाडी काँक्रो वैशाखतिर रोपिन्छ र स्रावण-भाद्रमा फुल्छ-पाक्छ । १-२ महिना झ्याङमा रहन्छ । यो वर्षायु, ठूलो झ्याङ, सुनौलो फूल, फराकिलो पात हस्ताकार, लामो-ठूलो बेलनाकार, हरियो पाकेपछि पहेँलो फलभित्रसेता तेलीयबीज र गुदी-रस हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज र कहिले-कसो पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, स्वादिष्ठ, मूत्रल, तृप्तिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मृदुविरेचक, गर्मीज्वर निवारक, वस्तिशोधक, रक्तविकारहर, भेदक, स्मरणशक्तिदायक, पाण्डुनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, तनावहर, व्रणरोपक, पित्तज

अर्बुदहर, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले थोपा/थोपा मुत्ने, समस्त पत्थरी, रक्तदोष, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, कब्जियत, अर्श, पेट पोल्ने-अल्सर, पाचनप्रणालीको सुख्खापन, ग्यास्ट्रिक, मुटु-मिर्गौला सुक्दै जाने, आन्द्राको सुख्खापन, अजीर्ण, हैजा, अनिद्रा, मुख-जिब्रोको घाउ, विषप्रभाव, पित्तज अर्बुद, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : २०-५० ग्राम पाकेको टुक्रा, २०-५० ग्राम रस, सब्जी एक कचौरा, काच्चो टुक्रा ५०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., १ चिरा ३-५ पटक ।

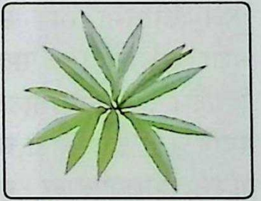
### ११८३. काकमाची कालो, मकोय, कालीकवै, भट्कुइया, कालमिनैन, Night Shade Black Plant, *Solanum* sp.

(Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको गाढा हरियो चेप्टो पात, कालो फुल्ने, फल कालोभित्र स-साना तेलीयबीजहरू, हाँगाहरू भएको, ३-५ फिट अग्लो, वैशाख-मंसिरमा पाक्छ । यो हरेक जुनसुकै माटोमा उम्रिन्छ । स्वाद मीठो केही तितो र फल मीठो, स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग यो काँचै खान सकिन्छ । गुणधर्मकर्म-शक्ति : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, मूत्रल, उदरशुद्धिकर, कलेजो पुष्टिकर, निद्राजनक, पित्तज्वरनिवारक, पाचनशक्तिप्रदायक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, टाउको दुख्ने, कालोज्वर, रक्तपित्त, रक्तस्राव, पित्तरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँखाको कमजोरी, रक्तपित्त, अर्श, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । पातलाई पिसेर शिरमा लेपन गर्दा निँद्रा ल्याउँछ, तत्काल तनावबाट मुक्त भइन्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८४. कामराज सेतो, श्वेतकामराज, सफेद कामराज, White Kaamraj Plant, *Helminthostachys* sp.

(Family : Ophioglossaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका वनमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो, एक शाखामा एक पत्र, फूल सेतो वर्णको, तेलीयबीजहरू, कन्द-जरा सेतो/खैरो हुन्छ । स्वाद मीठो सुकेपछि र स्वभाव शामक उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, शक्तिकारक, दर्दहर, पोषक, हाडको रोगमा उपयोगी, रजःवीर्यवर्द्धक, गर्भस्थापक, आयुर्वर्द्धक, स्मरणशक्तिदायक, बलकारक, रक्तसुधारक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शीघ्रपतन, जोर्नी दुख्ने, हाडको रोग, नसागत वात, रगतको कमी, वीर्यरोग, पक्षाघात, सन्धिशोध, कटिवात, स्नायुगतशूल, गृध्रसी, रक्तविकार, ढाड-कम्मरदर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई ३-१० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी वा क्याप्सुल १-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८५. काकमाची सानी, मसिनी कालीकवै, कालीमिनैन, Nightshade Small Black Plant, *Solanum* sp.

(Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको गाढा हरियो चेप्टो पात, कालो फुल्ने, फल कालोभित्र स-साना तेलीयबीजहरू, हाँगाहरू भएको, १ फिट अग्लो, यो सदा फल्छ, फुल्छ र पाक्छ। यो हरेक जुनसुकै माटोमा उम्रिन्छ। स्वाद मीठो केही तितो, स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । यो काँचै खान सकिन्छ । गुणधर्मकर्म-शक्ति : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, मूत्रल, उदरशुद्धिकर, कलेजो

पुष्टिकर, निद्राजनक, पित्तज्वरनिवारक, पाचनशक्तिप्रदायक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, टाउको दुख्ने, कालोज्वर, रक्तपित्त, रक्तस्राव, पित्तरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँखाको कमजोरी, रक्तपित्त, अर्श, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । पातलाई पिसेर शिरमा लेपन गर्दा निँद्रा ल्याउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८६. काउलो भ्याल्ले, लाम्पाते काउलो, Long- Leaf Big Vyatle Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, मध्यम आकारको वृक्ष, लाम्चो पात, पतझर, जाडोमा पातको पछाडि गिर्खा बस्छ, पात बास्ना आउँछ, बोक्रा रातो चिप्लो हुन्छ । स्वाद मीठो-चिप्लो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, स्नेहजनक, पुष्टिकर, उत्तेजक, कफकारक, उदरशुद्धिकर, मूत्रल, पीडानाशक, रजःवीर्यजनक, हृदयहितकारी, धातुरोगमा उपयोगी, रक्तस्राव नियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, रक्तविकारहर, बलकारक, अस्थिपोषक, तनावहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्जियत, अर्श, पेट पोल्ने, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तविकार, मुटु हल्लिने र तेजगति हुनेमा, जोर्नीखुकुलो, ढाड-कम्मर-मेरुदण्डदर्द, रजःवीर्यविकार, आमवात, हड्डीवात, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखका घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, वटी वा क्याप्सुल २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., खोटो/चोप ३-५ ग्राम, पातको साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८७.काठकेरा, कठकेला, क्यारा, काष्ठकदली, Seed Banana Plant, *Musa paradisiaca*

(Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात लामो-फराकिलो-मुलायम, बुङ्गो कलेजी, फल कोसामा भित्र प्रशस्त तेलीयबीजहरू काला हुन्छन् । यसको बीजको धूलो पारी रोटी र पातको साग खाने प्रचलन छ । यसको बीज धेरै वर्षसम्म बिग्रँदैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ, स्वाद केही टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, वातपुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, पेटको रोगमा लाभदायक, श्वासरोगमा उपयोगी, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, मुख-जिब्रोका घाउ, मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौलारोग, ज्वर, डकार आउने, पाचनसंस्था सुक्खाराम, हिक्का, नाक सुक्खा हुने-नखुल्ने, उदरशूल, सुक्खा खोकी-दम, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ३-५ वटा, रोटी १-२ वटा, खोले-फाँडो/काँढापानी/रस १ माना, सर्वाङ्ग अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११८८. काउसो दूधे मीठो, मधुर कपिकच्छ, दूधयुक्त केवाँच, Milky Sweet Mucana Plant, *Mucuna* sp.

(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु लता, त्रिपत्रक चेप्टो, सेतो रङको फूल, फल कोसामा भित्र सेता दाना तेलीय वा पिठो दूधयुक्त हुन्छन् । यसमा चिलाउने खतरा रौँ कम हुन्छन् मंसिरमा पाक्छन् र लहरो सुक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो

केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, वातव्याधिहर, अतिपुष्टिकर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वाजीकर, अतिश्रमहर, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधाक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, यौनकमजोरी, रजःवीर्यदोष, अस्थिरोग, निःसन्तान, गर्भकमजोरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, हाड टेढिने, अतिश्रमको पीडा, बाँझोपन, मासिकअधर्म, गर्भरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/खोले/रस १ माना, वटी १-३ वटा, रोटी १ वटा, सातु १-३ चम्चा ३-५ पटक ।

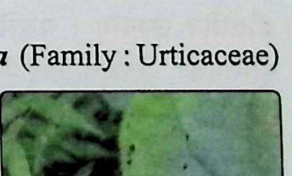
### ११८९. काँडेझार, कण्टक बुटी, Kantak Buti Throns Plant

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पातमा हाँगामा काँडा भएको, लाम्चो पात, तेलीयगेडा हरियो गोलो, जरा कुशको समान हुन्छ । स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव शामक-उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै । **गुण-धर्म-कर्म** : यो दर्दहर, शोथघ्न, पोषक, मूत्रल, पत्थरीनाशक, पित्तहर, वातव्याधिनाशक, रजःवीर्यजनक, हाडको रोगमा उपयोगी, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तरोग, पिसाबको रोग, वातरोग, दर्द, प्रदर, मासिकअधर्म, पित्तज्वर, रजःवीर्यको कमी, कफ-खोकी, अमलपित्त, कमलपित्त, सुन्निएको, पत्थरी, कमजोरी, नसावात, आमवात, जोर्नी खुकुलो, चोट इत्यादिमा अचुक उपचार गर्दछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### ११९०. काउसो छिर्केमिर्के ठूलोगेडा, बृहत्कपिकच्छु, रङ्गी बृहत्क्रौँच, Multi Coloured Big Mucuna, *Mucuna* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइने लता हो । यो चैत्र-वैशाखमा उम्रन्छ र मंसिरमा पाक्छ, ३ महिना सुकेको लहरो र कोसा रहन्छ । यो काउसो नै हो तर गेडा बलढ्याङ्गोसमान हुन्छ । यसको पात ठूला तीनपात, सानो डाँठ मसिनो तर ठूलो भ्याङ, कोसामा बाहिर चिलाउने भुसभित्र ठूलो गेडा छिर्केमिर्के सुकेपछि धूलो-पिठो सेतो हुन्छ । जब कोसा परिपक्व हुन्छ तब भुस उडेर शरीरमा पस्छ यसकारण सङ्कलनमा धेरै कठीन पर्छ । स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, हाड पुष्टिकर, सप्तधातुरक्षक, बलदायक, ऋतुस्रावनियामक, बुद्धिप्रदायक, वातनाशक, मेद-मज्जाकारक, रजःवीर्यवर्द्धक, गर्भस्थापक, पीडाहर, वेदनाशामक मानिन्छ । यसको बीजलाई गौमूत्रमा बफाएर सुकाई दूध, घ्यूमा पकाएर शुद्ध गर्नुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले धातुरोग, रजःवीर्यको कमी, शरीर कमजोर, सन्धिखुकुलो-जोर्नीवाथ, स्नायुगत वात, हाडको रोग, मेद-मज्जा नबन्ने, शीघ्रपतन, पीडा-असह्य वेदना, जोर्नी सुन्निएको, आमवात, रगतको कमी इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २ वटा, १ गेडा, लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र तेल १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक ।

### ११९१. काम्ले माइलो, मझिलगरङ्ल्लो, Work Gift Plant, *Boehmeria ternifolia* (Family : Urticaceae)



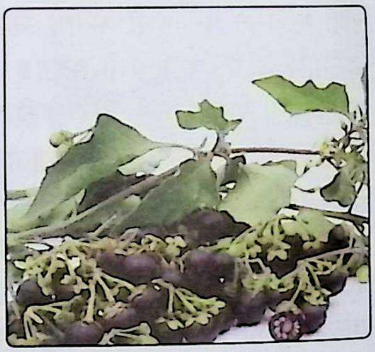
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो,पात गोलाकार खस्रो, फूल पहेँलो र मसिना तेलीयगेडा लाग्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो र केही टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीजहरू । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, वातहर, पित्तनाशक, पेटको रोगमा लाभदायक, दर्दहर, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, वेदनाहर, अस्थिपोषक, व्रणरोपक

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने-दुख्ने, गानोगोला, जोर्नीवाथ, हाड खिइने-टेडिने, पेट सुक्ने, आउँ-पखाला, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हाड-ढाडको रोग, रक्ताल्पता, हृदयरोग, दुब्लो, सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गेडाले कब्ज खोल्छ, हर्ष ठीक गर्छ, आन्द्रा रसिलो पार्छ । **मात्रा** :बीज ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### ११९२. काउलो सेतो, दूधेकाउलो, दूधकउलो, Milky Heart Tonic Tree, *Persea odoratissima* (Family : Lauraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, बोक्राभित्र सेतो बोक्रा, तेलीयगेडा लाग्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, स्निग्ध, चिप्लो र्‍याल-रसयुक्त, पेट शुद्धिकर, हृदयलाई उपकारी, आँतका घाउमा हितकारी, पीडानाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, तृप्तिकारक, शान्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : **यसले** सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने-दुख्ने, गानोगोला, जोर्नीवाथ, हाड खिइने-टेडिने, पेट सुक्ने, आउँ-पखाला, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हाड-ढाडको रोग, रक्ताल्पता, हृदयरोग, दुब्लो, सुकेनाश, कब्जियत, हर्ष, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, लडेको-चोटमोच, जोर्नी दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बोक्रा १ चम्चा, गेडा ५-१० वटा, वटी २-३ वटा, पात १-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### ११९३. कालीकमाइ, मकोय, कबै, काकमाची, काकमाता, Black Night Shade Plant, *Solanum nigrum* (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक माटोमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो काकमाची २-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, बीचमा केशर सुनौलो, पात चेप्टो किनारा काटिएका विभिन्न नापका, गोलो फलभित्र मसिना तेलीयबीज धेरै हुन्छन् । यो २-३ महिने बुटी उम्रने र हराउने भइरहन्छ । स्वाद मीठो र फल मधुराम्ल साथै स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पेट शुद्धिकर, निद्राजनक, मिर्गौला र कलेजो पुष्टिकर, रक्तशोधक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पत्थरीहर, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, बलवर्द्धक, हृदयहितकारी, गुणकारी, आरोग्यदायक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कलेजो र मिर्गौला खराबी, कब्ज, अजीर्ण-अपच, अर्श, पित्तप्रकोप, ज्वर, मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पिसाब नखुल्ने, आँखाको रोग, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तविकार, मस्तकरोग, निद्रा नपर्ने, शिरमण्डल तात्ने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हृदयरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेर शिरमा लेपन गर्नाले टाउको दुख्दैन र हल्का हुन्छ, तनाव घट्छ, निद्रा पर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १०-२० वटा, साग १-२ मुट्ठी, ३-५ पात, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

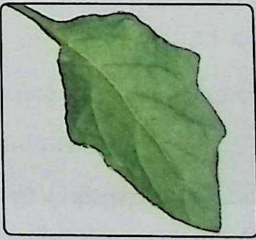
### ११९४. काइते साने, कसेरु, सूक्ष्मकन्द, Bulrush Chestnut Plant, Leafy Bulrush, *Scirpus polyphyllus* (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा मिल्छ । धेरै मानिस मोथे भनेर झुक्किन्छन् । यो मृगलाई मनपर्ने घाँस हो । यो सानो २०-३० से.मि.अग्लो, सानो सेतो काण्ड र पात, पुष्प हरियो-पहेँलो, फुस्रो/कालो/खैरो बोकाभित्र खैरोकन्द र हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्धक, स्मृत्विर्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तविकारनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ । यसमा कार्बोहाइड्रेड ६३ प्रतिशत, प्रोटिन ७ प्रतिशत, रेशा ६ प्रतिशत र क्षार २.५ प्रतिशत मिल्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, ऋतुअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### ११९५. काँडेगोब्रे ठूलो, गोब्रेलुँडे, कटैया, कटियामटिया, बृहत्काँडेमार्सी, Big Niddle Amaranth Plant, *Amaranthus* sp. (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, लुँडेझैँ फुल्ने, बालामा लुँडेभन्दा साना तेलीयबीजहरू, जरा दशगुना धेरै सेतो हुन्छ । स्वाद र स्वभाव टर्रो र उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग- जरा, पात र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीनाशक, पित्तहर, पित्तज्वर निवारक, बृक्कपुष्टिकर, रक्तशोधक, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, रक्तविकार, पित्तज्वर, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, कुपोषण, तनाव, पेट पोल्ने, रक्तविकार, हैजा, मन्दागिन, निम्नरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले आँखालाई तेज पार्छ, पत्थरी हटाउँछ र रक्तशोधन गर्छ । मासिकअधर्मलाई नियमित गर्दछ । यसको बीजले पत्थरी गलाउँछ र मिर्गौलालाई बल बढाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-७ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र तेल १० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### ११९६. कालीकमाइ लाम्चोपाते, मकोय, कबै, काकमाची, काकमाता, Long Leaved Black Nightshade, *Solanum nigrum* (Family : Solanaceae)



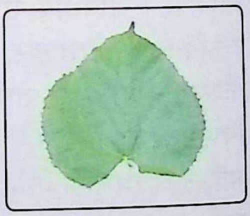
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको हरेक माटोमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो काकमाची २-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, पात लाम्चो किनारा काटिएका विभिन्न नापका, फल गोलोभित्र मसिना तेलीयबीज धेरै हुन्छन् । यो २-३ महिने बुटी उम्रने र हराउने भइरहन्छ । फल स्वाद अमिलो-मीठो र अन्यभाग मधुर साथै स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पेट शुद्धिकर, निद्राजनक, मिर्गौला र यकृतपुष्टिकर,

रक्तशोधक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पत्थरीहर, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, बलवर्द्धक, हृदयहितकारी, नेत्रगुणकारी, आरोग्यदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजो र मिर्गौला खराबी, कब्ज, अजीर्ण-अपच, अर्श, पित्तप्रकोप, ज्वर, मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पिसाब नखुल्ने, आँखाको रोग, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तविकार, मस्तकरोग, निद्रा नपर्ने, शिरमण्डल तात्ने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हृदयरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेर शिरमा लेपन गर्नाले टाउको दुख्दैन र हल्का हुन्छ, तनाव घट्छ, निद्रा पर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १०-२० वटा, साग १-२ मुठ्ठी, ३-५ पात, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

**११९७. काउलो माइलो, मझिलकउलो, Heart Tonic Plant, Duthie's Bay Tree, *Persea duthiei*** (Family : Lauraceae)

**चिनारी** : यो ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, पात लाम्चो, पहेँलो-सेतो फुल्ने छपत्रक भित्रकेशर पहेँलो, फलभित्री बोक्रा पातलो रातो तेलीयगेडा पाकेपछि कालो भेट्नु रातो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चिप्लो-स्निग्धता, शीतल, रक्तवर्द्धक, पीडानाशक, पित्त-वातनाशक, हृदयपुष्टिकर, प्रदर-धातुरोगमा उपयोगी, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, कब्जहर, निर्दोष-अमृत, बलकारी, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, विषघ्न, तृप्तिकारक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्जियत, अर्श, शरीरदर्द र हाड-ढाड दुख्ने, मासिकअधर्म, समस्त रक्तविकार, चर्मरोग, रक्तस्राव, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, कुपोषण, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हड्डीवात, कटिवात, धनुर्वात, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण १ चम्चा ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, गेडा ५-१० वटा, पात १-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बोक्रा टुक्रा चुस्ने १-२ वटा ३-५ पटक ।

**११९८. कालो किम्बु, कालकिम, शहतुत, Black Mulberry Plant, *Morus nigra*** (Family : Moraceae)

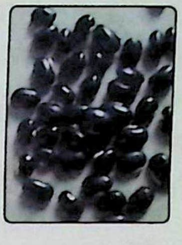


**चनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो, फूल सेतो फल कालो हुन्छ । यो कोपिला हरियो, कालो फल रगतसमान लाग्छ । यो रसिलो किम्बु सर्वौषधिमा गणना गरिएको छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो-मीठो हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल र रस । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रस-रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव निरोधक, मूत्रल, ऋतुनियामक, शीतकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तचापमापक, अग्निकारक, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पाकेको फलले रक्तक्यान्सर, रक्ताल्पता, अमहिनावारी, प्रदर, लौहतत्त्वको कमीमा अति छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । सुक्खा शरीर, रक्तविकार, चर्मरोग, पित्तदोषमा हित गर्छ । यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेटको जलन, रक्तस्राव, धातुस्राव, तनाव, शिरमण्डलका उन्माद-पागलता, उच्चरक्तचाप, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र फलस्वरससुई २-१० मि.लि., दाना १०-२० वटा, वटी २-३ वटा, खोटो/पाकरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**११९९. कालो काउसो ठूलो, कपिकच्छु, कृष्णक्रौँच, कालकौँछो, Cow Hage, Big Black Cowitch, Black Mucuna, *Mucuna nigricans*** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो लता उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो प्रायः कालो माटोमा वैशाख-जेठमा उम्रन्छ र मंसिर-पुसमा पाक्छ । यसको लहरो, पात वृत्तकार-त्रिपत्रक, कलेजी रङको केही कालो फूल,

फल कोसाभित्र चेप्टो कालो तेलीयबीज हुन्छन्। पाक्ने बेलामा फलबाहिरको भुसले चिलाउँछ। बिहान शीतमा टिप्नुपर्छ र घाममा राखिदिँदा आफैँ फुट्छ। यो गेडाहरूलाई शोधन गरी उपयोगमा ल्याउनुपर्छ। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, वीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, मेदमज्जाकारक, बलवीर्यले परिपूर्ण, वेदनाशामक, शोथघ्न, वातव्याधिनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले सम्भोगशक्तिह्रास, कुपोषण, कटिवात, शारीरिक कमजोरी, सन्धिवात, ढाड-कम्मर दुख्ने, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, भेदक वीर्यको कमी, नपुंसकता, शीघ्रपतन, हाडको रोग, मेद-मज्जा नबनेर हाड खिइने-घोटिने समस्या, बुढचौलीपन, अग्निमन्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो आधा-एक चम्चा ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र तेल १० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, पुवा १०-१५ ग्राम ३-५ पटक।



**१२००. कालीकमाइ ठूलो, मकोय, काकमाची, काकमाता, Big Black Nightshade Plant, *Solanum* sp.**
(Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हर माटोमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ। यो काकमाची ५-१० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, पात लाम्चो किनारा काटिएका विभिन्न नापका, गोलो फलभित्र मसिना प्रशस्त तेलीयबीज हुन्छन्। यो २-३ महिने बुटी उम्रने र हराउने भइरहन्छ। फल स्वाद अमिलो-मीठो र अन्यभाग मधुर साथै स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पेट शुद्धिकर, निद्राजनक, मिर्गौला र कलेजो पुष्टिकर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, बलवर्द्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्म गुणकारी, आरोग्यदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आँखारोग, मासिकअधर्म, कलेजो र मिर्गौला खराबी, कब्ज, अजीर्ण-अपच, अर्श, पित्तप्रकोप, ज्वर, मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पिसाब नखुल्ने, आँखाको रोग, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तविकार, मस्तकरोग, निद्रा नपर्ने, शिरमण्डल तात्ने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हृदयरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो पिसेर शिरमा लेपन गर्नाले टाउको दुख्दैन र हल्का हुन्छ, तनाव घट्छ, निद्रा पर्छ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १०-२० वटा, साग १-२ मुठ्ठी, ३-५ पात, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

**१२०१. कान्छी कसेरु, सूक्ष्मकन्द, Deergrass, Smallest Chestnut Plant, kaseru, *Scirpus grossus***
(Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा र सर्वत्र सिमसार क्षेत्र, पानीको निकट र चिस्यानमा मिल्छ। धेरै मानिस मोथे भनेर भुक्किन्छन्। यो मृगलाई मनपर्ने घाँस हो। यो १०-३० से.मि. अग्लो, सानो काण्ड र पात, पुष्प सेतो, अण्डाकार फलमा भित्र लाम्चो तेलीयबीजहरू, फुस्रो/कालो/खैरो बोक्रोभित्र काला कन्द हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र बीज। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्धक, बुद्धिवर्धक, शुक्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, पीडानाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, गर्भस्थापक मानिन्छ। यसमा कार्बोहाइड्रेड ६३ प्रतिशत, प्रोटिन ७ प्रतिशत, रेसा ६ प्रतिशत र क्षार २.५ प्रतिशत मिल्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, निःसन्तान, रजवीर्यदोष, रक्तविकार, दुब्लो-पातलो, शारीरिक विकास रोकिनु, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, हाडको अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष,

अस्थिक्षय, बलवीर्यको अभाव, शारीरिक कमजोरी, गल्नु, सुकेनाश, अनिद्रा, विस्मृति, ऋतुअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२०२. कान्छीमधु, जेठामह, गुलियो जरा, महजडी, Smellest Sweet Honey Root, Kanchhimadhu

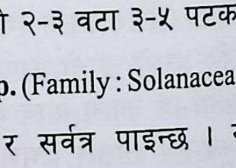
**चिनारी** : यो १८०० मिटरभन्दा माथिका भिराला पहाडी वनमा ३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट र सप्रेको दुई हात अग्लो, भालाकार पात दुवैतिर गएका रसिलो हरियो, पातको बीचमा मूलरेखा भएको ८-१० अङ्गुल लामो चुच्चो हुन्छ, लुलो डाँठ २-३ ओटा हाँगा, आँख्ला हुन्छन् । भदौ-कार्तिकमा सेतो गोलाकार फुल्छ र फलभित्र तेलीयबीज जीरासमान हुन्छन् । कार्तिकको अन्तमा टुप्पोमा झिनो परिपक्व अवस्थामा च्यापच्याप लाग्छ । कुरिलोको जराहरूका समान सेतो कन्चन, रसिलो र भरिलो झुत्तोमा हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मधुर, स्वादिष्ठ, मूत्रल, प्राणशक्तिवर्द्धक, त्रिदोषशामक, रक्तवृद्धिदायक, कलेजो-फोक्सो-मुटुका लागि अत्यन्त गुणकारी, बलकारक, पुष्टिकर, वातहर, पित्तनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, आयुर्वर्द्धक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, रगतकम, दुब्लो, बल-वीर्यको कमी, कमजोर र निष्क्रिय मिर्गौला, रक्तविकार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, गर्भपात, धातुरोग, पिसाब नखुल्ने, मुटुरोग, स्मरणशक्तिह्रास, बुढचौलीपन, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो १ चम्चा ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, पातसाग ३०-१०० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२०३. काम्ले पहाडी ठूलो, बडी गरङ्ल्लो, Do Working Hill Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो खोलानालामा सप्रेको काम्ले ८-१५ फिट अग्लो, पात गोलाकार खस्रो, रातो डाँठ भएको साउन-भदौमा बालामा सेतो फुल्छ, साना तेलीय बीजहरू कनिकाझैं हुन्छन् । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चिप्लो च्यालयुक्त, स्वादिष्ठ, फुफ्फुसपुष्टिकर, गर्भाशय उपयोगी, समस्त वातनाशक, आउँ र अतिसारमा लाभदायक, रक्तस्रावनियन्त्रक, हृदयहितकारी, बलकारक, सङ्कोचक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, रगतकम, दुब्लो, बल-वीर्यको कमी, रक्तविकार, आन्द्राका घाउ, क्षयरोग, गर्भपात, धातुरोग, पिसाब नखुल्ने, मुटुरोग, स्मरणशक्तिह्रास, बुढचौलीपन, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, रक्तरोग, गानुगोला-ग्यास्टिक, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, हैजा, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२०४. कालीकबै चेप्टे, मकोय, काकमाची, काकमाता, Egg Leaved Nightshade, *Solanum* sp. (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक माटोमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो काकमाची २-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो, फल गोलोभित्र मसिना प्रशस्त तेलीयबीज हुन्छन् । यो २-३ महिने बुटी उम्रने र हराउने भइरहन्छ । फल स्वाद अमिलो-मीठो र अन्यभाग मधुर साथै स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पेट शुद्धिकर, निद्राजनक, मिर्गौला र कलेजो पुष्टिकर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, बलवर्द्धक, हृदयहितकारी,

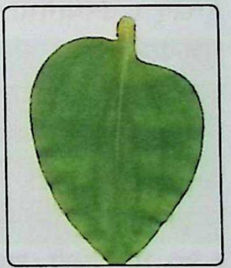


ऋतुधर्मगुणकारी, आरोग्यदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आँखारोग, मासिकअधर्म, कलेजो र मिर्गौला खराबी, कब्ज, अजीर्ण-अपच, अर्श, पित्तप्रकोप, ज्वर, मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पिसाब नखुल्ने, आँखाको रोग, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तविकार, मस्तकरोग, निद्रा नपर्ने, शिरमण्डल तात्ने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हृदयरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेर शिरमा लेपन गर्नाले टाउको दुख्दैन र हल्का हुन्छ, तनाव घट्छ, निद्रा पर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १०-२० वटा, साग १-२ मुट्ठी, ३-५ पात, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १२०५. काकमाची **Nightshade Plant, *Solanum* sp.** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका हरेक माटोमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो काकमाची २-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात चेप्टो, फल गोलोभित्र मसिना प्रशस्त तेलीयबीज हुन्छन् । यो २-३ महिने बुटी उम्रने र हराउने भइरहन्छ । फल स्वाद अमिलो-मीठो र अन्यभाग मधुर साथै स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पेट शुद्धिकर, निद्राजनक, मिर्गौला र कलेजो पुष्टिकर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, बलवर्द्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मगुणकारी, आरोग्यदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आँखारोग, मासिकअधर्म, कलेजो र मिर्गौला खराबी, कब्ज, अजीर्ण-अपच, अर्श, पित्तप्रकोप, ज्वर, मूत्रपिण्ड सुन्निएको, पिसाब नखुल्ने, आँखाको रोग, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, वातरक्त, रक्तविकार, मस्तकरोग, निद्रा नपर्ने, शिरमण्डल तात्ने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, हृदयरोग, रक्तरोग, स्त्रीरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेर शिरमा लेपन गर्नाले टाउको दुख्दैन र हल्का हुन्छ, तनाव घट्छ, निद्रा पर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १०-२० वटा, साग १-२ मुट्ठी, ३-५ पात, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १२०६. कानेझार अण्डाकारपाते, कन्चरा, कन्चट, काना, **Spiderwort, Day Flower, *Commelina benghalensis*** (Family : Commelinaceae)



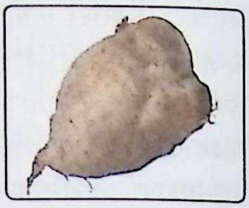
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा वर्षा ऋतुताका प्रशस्त पाइन्छ । यो ढुङ्ग्यान कन्तरमा धेरै हुन्छ । यो २-३ फिट लामो, पात अण्डाकार, स्रावण-भाद्रमा नीलो फुल्ने, गोलो फलभित्र पाँच तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रेचक, रक्तपित्तनाशक, मधुमेहहर, नेत्रविकारहर, पित्तज्वरहर, शीतल, शोथहर, रक्तदोषहर, रक्तस्राव अवरोधक, पत्थरीहर, हैजानियन्त्रक, हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, मधुमेह, पिसाबको विकार, पत्थरी, आँखारोग, नकसीर, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, गर्मी-पित्तज्वर, रक्तचाप, रक्तविकार, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सुकेनाश, घोरकब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, ३-५ ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२०७. काठेकाउलो, काठकउलो, **Hard Heart Strong Tree, Hard Perssea Tree**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, बलियो, पातलो बोक्रा, चाम्रो उत्तम काठ पहेँलो फुल्ने, गोलो हरियो गेडा लाग्छ, पाकेपछि रातो-कालो भित्र तेलीय बीज हुन्छ । कोट्याउँदा पात ठुस्स गन्ध दिन्छ । स्वाद मीठो-टर्रो-चिप्लो र स्वभाव शीतल-शामक हुन्छ ।

**प्रयोगमा आउने अङ्ग :** पात, बोक्रा र गेडा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो हृदयहितकारी, कब्जहर, मूत्रल, दर्दहर, पेटको रोगमा लाभदायक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मुख-जिब्रोका बिबिरा, प्रदर, हड्डीवात, गानो, उदरशूल, कब्ज, अर्श, रक्तार्श, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, हाड-ढाडको रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बोक्रा धूलो १ चम्चा ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, लेदो/रस ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., पात १-३ वटा, गेडा ३-१० वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १२०८. काँडेतरुल ठोसे, काँडो बासगोई, Niddle Yam Plant, *Dioscorea esculenta* (Family : Dioscorea ceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धेरै कन्दहरू हुने, काण्डको फेद जरामा काँडा भएको, पात ठूलो गोलाकार, लहरा-डाँठमा चेप्टो फल्ने, काण्ड र भेट्नुमा धेरै रौं, पात फुस्रो मुटु आकारका, पोथीफूल लामो हुन्छ भने भाले १५ से.मि. हुन्छ। स्वाद ज्यादै मीठो र स्वभाव शीतल-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** गानो र फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्वादिष्ठ, रक्तवर्द्धक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, प्रदर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख -जिब्रोमा भएका गाँठा-गिर्खा, रगतको कमी, तनाव, जलन, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कुपोषण, पाचनसंस्थान सुक्खाराम, कमलपित्त, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, उसिनेर १०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक ।

### १२०९. काकोली ठूलो, कांकोली, शुक्लक्षीरा, मधुरा, Kakoli Plant, *Roscoea* sp. (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी :** यो उच्चपहाडतिर २०००-३५०० मिटरमा मलिलो चिस्यान कालो माटोमा पाइन्छ । यो ७०-१०० से.मि. अग्लो, अदुवा प्रजातिको रातो/प्याजी वा नीलो फुल्ने, पात भालाकार, बलियो विरुवा, सेता जरा-गाना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतवीर्य र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, वातहर, अवस्थास्थापक, बलकारक, सप्तधातु व्यवस्थापक, कफहर, त्रिदोषशामक, धातुवर्द्धक, स्वादिष्ठ मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले शारीरिक कमजोरी, पित्तरोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, श्वासरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, धनुर्वात, कटिवात, स्नायुशूल, वातज्वर, रक्तपित्तदोष, गृध्रसी, रक्ताल्पता, धातुस्राव, भेदकवीर्यको अभाव, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले प्राणशक्ति बढाउँछ र जीवनीयतत्त्वमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा :** ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, १ माना काँढापानी, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२१०. काँडेसाकिनु, शरपोङ्खा, काँडेशाखिनु, काँडे स्याकुना, Wild Throny Indigo Plant, *Indigofera* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण प्रदेशमा शुष्क हावापानी भएको ठाउँमा दुई-पाँच वर्षभन्दा बढी बाँच्ने सानो झाडी हो । यसको पात चेप्टो, रातो फुल्ने, काँडा हुने, ५-७ फिट अग्लो, पतझर हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वेदनाशामक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, त्रिदोषजविकारहर, शोथहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :**

यसले श्वासरोग, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, धनुर्वात, कटिवात, स्नायुशूल, वातज्वर, रक्तपित्तदोष, दुखाइ-दर्द, समस्त वातरोग, मासिकअधर्म, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, भस्म/खोटो १-३ ग्राम,काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२११. काँडे पाते सुनाखरी, कण्टकसुनगाभा Trony Leaves Orchid, *Gastrochilus acutifolius* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १५-१८ डि.से. र ८००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, सदा हराभरा रहने, चट्टान वा वृक्षहरूमा मिल्छ । यो १०-३० से.मि.लामो, मसिना काँडा र धारिलो पात १०-१५ से.मि. लाम्चो भालाकार, कार्तिक-पुषमा बास्नादार फूल, फूल हरियो पीतमा कलेजी धर्का अनि केन्द्र सेतोमा राता छिटा, लाम्चो फलभित्र मसिना धूलो, धेरै जरा फुस्रा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिफ्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पुष्टिकर, रसायन, वातहर, मूत्रल, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, जीवनीयत्त्वरक्षक, आयुर्वर्धक, कफपित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रजवीर्यस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मृगौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, निम्नरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकस्राव, नेत्ररोग, कमलपित्त, जिब्रो-मुखपाक्ने, आन्द्रासुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, हृदयरोग, रक्तरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

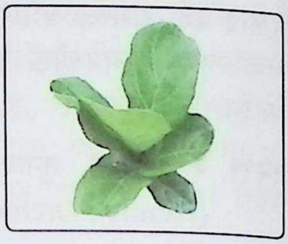
### १२१२. कामराज, कामुकबुटी, Sexual Tonic, Kamukraaj Plant, *Helminthostachys zeylanica* (Family : Ophioglossaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो चिस्यान भूमिमा १-२ फिट अग्लो, पात लामो, बालामा हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोला फलेभित्र तेलीयबीज लामो गोल, जरा गठानदार सेतो हुन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, शीतल, मूत्रल, पुष्टिकर, कामोद्दीपक, रक्तवर्द्धक, स्मरणशक्तिदायक, समस्तरोगहर, सन्तानदायक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, शारीरिक कमजोरी, बुढचौली, रगतको कमी, नपुंसकता, शीघ्रपतन, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, नसावात, अङ्गदर्द, अपस्मार, रजवीर्यदोष, मासिकअधर्म, निःसन्तान, कुपोषण, शारीरिक थकान इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको टुक्रा चुस्नाले विशेष लाभ मिल्छ । **मात्रा** : तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., जरा धूलो १ चम्चा ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना दूधसँग ३-५ पटक खानुपर्छ ।

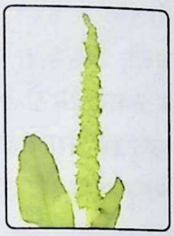
### १२१३. कातरी, पाकरी चेप्टोपाते, प्लक्ष, Pakari Fat Leaf Tree, *Ficus lacor* (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सबै माटोमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिटको अग्लो रूख, पात चेप्टो फराकिलो, बालामा सेतो फुल्ने, कलिलो रतछाँया पात पशुका लागि राम्रो घाँस, पतझर,

हाँगाबिँगा भएको हुन्छ। यो पालुवामा नयाँ पात अमिलो-टर्रो स्वादिलो अन्यभाग कषाय हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तज अर्बुदहर, पाचक, मूत्रल, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, दुबी, कुष्ठ, दाद, सङ्ग्रहणी, मासिकअधर्म, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा आउने, आउँ - पखाला, अजीर्ण, अपच, पित्तदोष, तिर्खा, विषमज्वर, हैजा, विषदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको ताजा अचार, तरकारी र काँचै पात खाँदा एकदम तृप्ति गर्छ। **मात्रा :** ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फूलस्वरससुई २-१० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/चोप १-३ ग्राम २-३ पटक।

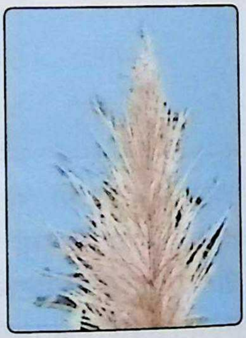


**१२१४. कामराज सुनौलो, कामुकबुटी, Sexual Tonic Yellowroot Plant, Kamukraaj, *Helminthostachys zeylanica* (Family : Ophioglossaceae)**



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो चिस्यान भूमिमा १-२ फिट अग्लो, पात लामो, बालामा सुनौलो फुल्ने, फल गोलोभित्र तेलीयबीज लामो गोल, जरा गठानदार सुनौलो हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो त्रिदोषशामक, शीतल, मूत्रल, पुष्टिकर, कामोद्दीपक, रक्तवर्द्धक, स्मरणशक्तिदायक, समस्तरोगहर, सन्तानदायक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले शारीरिक कमजोरी, बुढचौली, रगतको कमी, नपुंसकता, शीघ्रपतन, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, नसावात, अङ्गदर्द, अपस्मार, वीर्यदोष, मासिकअधर्म, निःसन्तान, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको टुक्रा चुस्नाले विशेष लाभ मिल्छ। **मात्रा :** तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., जरा धूलो १ चम्चा ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना दूधसँग ३-५ पटक खानुपर्छ।

**१२१५. काँश गर्मीको, काकिँणी, काश, Thatch, Kansh Grass, Tropical Sugarcane Plant, *Saccharum spontaneum* (Family : Poaceae)**

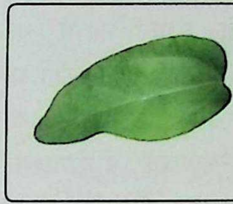


**चिनारी :** यो बलौटे चिस्यान माटोमा सर्वत्र पाइन्छ किन्तु गर्मी हावापानीमा धेरै पैदा हुन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, भालाकार पात, जरा सेतो/हल्का रातो, सेतो फुल्ने, बालामा प्रशस्त भुवा र तेलीयबीज हुन्छन्, कडा बिरुवा हिउँदमा सुक्छ। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, पत्थरीनाशक, पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, शोथघ्न, वाजीकर-बलवीर्यकारक, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, ऋतुधर्मनियामक, सङ्कोचक, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मिर्गौला पत्थरी, क्षय, अर्श, मूत्रकृच्छ्र-थोपा मुत्ने, नपुंसकता, पित्तपत्थरी, शुक्राश्मरी, सुन्निने, अङ्गदर्द, रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, दम, खोकी, मिर्गौलारोग, सन्धिशोथ, आमवात, गर्भाशयशक्तिदायक, फोक्सो सुन्निएको, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, घनसत्व (चिनी), १ ग्राम, खुदोरस १०-३० मि.लि. ३-५ पटक।

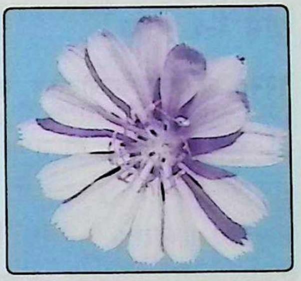
**१२१६. काँछेलहरो, छिरेटा, छिलिहिन्ट, पातालग्लोरी, दीर्घबल्ली, Ink Berry Plant, Broom Creeper, *Cocculus hirsutus* (Family : Menispermaceae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लहरो वर्षादमा धेरै मिल्दछ। पानीमा हाल्दा केही बेरमा नै बाटुलपाते समान जम्छ, यो वर्षायु भ्याङ, पात एकान्तर, लाम्चो-च्याप्टो, लता, किन्तु

केही मोटो र बलियो, हाँगा धार परेको, पुष्पहरिताभ-पीतवर्ण, गोलो चनाको दानासमान फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा खरानी रङको टेडोमेडो, गहिरो गएको फेदमा गानो, पुष्पकाल साउन-कार्तिक र फलकाल मंसिर-फागुनसम्म, जरा तीतो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषनिवारक, रक्तदोषहर, पत्थरीहर, वेदनाशामक, ज्वरघ्न, मृदुविरेचक, मूत्रल, जलोदरहर, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सर्पविष, पत्थरी, पित्तज्वर, रक्तदोष, चर्मरोग, जाँड-रक्सीको लत, प्रदर, शुक्रमेह, रक्तस्राव, शिरःशूल, उच्चरक्तचाप, सुजाक, यौनरोग, धातुरोग, राजयक्ष्मा, ज्वर, जलोदर, अर्बुद, गाँठा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, जमेको ठोस लेदो-बरफ ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

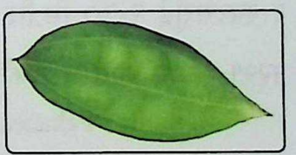


### १२१७. कासनी बनेलु, कसौडी, **Wild Chicary Blue Daisy Plant, *Cichorium* sp.** (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, गाढा हरियो लाम्चो पात, धेरै पात पाँचकुने लाम्चो, असार-भदौमा निलो-सेतो फुल्छ, तेलीयबीजहरू, दुधियारस हुन्छ । मीठो-टर्रो र केही तितो स्वादको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, ऋतुस्रावनियामक, कृमिनाशक, कफ-पित्तनाशक, मलमूत्रशुद्धिकर, हृदयशक्तिदायक, रक्तशोधक, ज्वरनाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तविकारहर, रक्तचापव्यवस्थापक, मेदहर, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, पेटका समस्त कृमिआतङ्क, रक्तविकार, मुटुरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मूत्राम्लदोषवृद्धि, रक्तरोग, मधुमेह, पेटका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सागले रसिलो-पोषिलो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. २-३ पटक ।

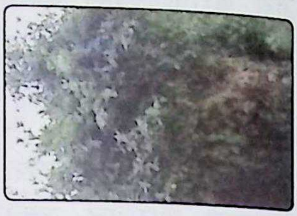
### १२१८. काँशेलहरो सेतो, सफेदछिलिहिन्ट, श्वेतदीर्घवल्ली, **White Broom Creeper Plant, *Cocculus* sp.** (Family : Menispermaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लहरो वर्षादमा धेरै मिल्दछ । पानीमा हाल्दा केही बेरमा नै बाटुलपाते समान जम्छ, यो वर्षायु भ्याङ, पात एकान्तर, चेप्टो चुच्चो, बाटुलपातेसमान लता, किन्तु केही मोटो र बलियो, हाँगा धार परेको, पुष्प सेतो, फल गोलो चनाको दानासमानभित्र तेलीयबीजहरू, जरा खरानीरङको टेडोमेडो, गहिरो गएको फेदमा गानो, पुष्पकाल साउन-कार्तिक र फलकाल मंसिर-फागुनसम्म, जरा तीतो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषनिवारक, रक्तदोषहर, पत्थरीहर, वेदनाशामक, ज्वरघ्न, मृदुविरेचक, मूत्रल, जलोदरहर, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर मानिन्छ ।

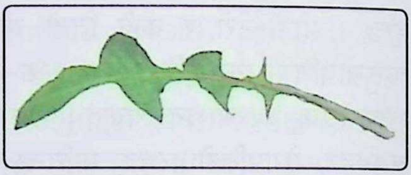
**औषधीय उपयोग** : यसले सर्पविष, पत्थरी, पित्तज्वर, रक्तदोष, चर्मरोग, जाँड-रक्सीको लत, प्रदर, शुक्रमेह, रक्तस्राव, शिरःशूल, उच्चरक्तचाप, सुजाक, यौनरोग, धातुरोग, राजयक्ष्मा, ज्वर, जलोदर, अर्बुद, गाँठा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, जमेको ठोस लेदो-बरफ ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१२१९. काँडे कालो, घाँसेकाँडो, भिँणे, Himalayan Holy Tree, *Ilex dipyrena* (Family : Aquifoliaceae)**



**चिनारी :** यो घाँसे रूख लेकालीक्षेत्रमा १८००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने हिमाली क्षेत्रको पवित्ररूख भनिन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, बोक्रा कालो, काँडादार चेप्टो केही लाम्चो चुच्चेपात, कडा हाँगाहरू हुन्छन् । यसको हरियो फल पाकेपछि रातो प्रशस्त फल्छ । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, कफनाशक, गर्भाशय सङ्कोचक, त्रिदोषशामक, हैजानियन्त्रक, पीडानाशक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, शोथघ्न, आयुर्वर्द्धक, अस्थिपोषक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम-खोकी, श्वास रोग, मधुमेह, फोक्सो क्यान्सर, पाठेघर खस्ने, हैजा, दुख्ने, सुन्निने, गाँठा गिर्खा बढ्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो घाँस दूधेपशूले खाएपछि दूध र घ्यू नै औषधीय बनाउँछ । चोप र बोक्रा औषधि कार्यमा प्रयोग गरिन्छ । **मात्रा :** १ गेडा, बोक्रा चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., पात १ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१२२०. कासनी कालोवनेलु, कालाकसौडी, Wild Black Chicary Plant, *Cichorium* sp. (Family : Asteraceae)**



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, गाढा हरियो लाम्चो पात संयुक्त पाँचपाते भैंसीको जिब्रोसमान, असार-भदौमा चम्किलो नीलो फुल्छ, तेलीयबीजहरू, दुधियारस हुन्छ । मीठो-टर्रो र केही तितो स्वादको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो तिक्तपुष्टिकर ऋतुस्रावनियामक, कृमिनाशक, कफ-पित्तनाशक, मलमूत्रशुद्धिकर, हृदयलाई शक्तिदायक, रक्तशोधक, ज्वरनाशक, यकृतपुष्टिकर, रक्तविकारहर, रक्तचापव्यवस्थापक, मेदहर, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, मोटापन, ज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, पेटका समस्त कृमिआतङ्क, रक्तविकार, मुटुरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मूत्राम्लदोषवृद्धि, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सागले रसिलो-पोषिलो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. २-३ पटक ।

**१२२१. काउसोसेतो, श्वेतक्रौंच, सफेदबानरी, कउँछोधौले, White Mucuna Plant, Cowitch, *Mucuna pruriens* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो मलिलो कालोमाटोमा गर्मीस्थानमा धेरै फल्छ । यो लहरो त्रिपत्रक-चेप्टो पात, साउनमा फुल्छ र मंसिरमा पाक्छ, कोसामा भित्र सेता तेलीय र पिठोयुक्त बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज र जरा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो शक्तिवर्द्धक, वाजीकर, अति पुष्टिकर, वातव्याधिहर, रजःशुक्र उत्पादक, दर्दहर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, शोथघ्न, आयुर्वर्द्धक, अस्थिपोषक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, धातुस्राव, शीघ्रवीर्यस्खलन, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दुब्लो, हाड-ढाडदर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, नसागत-स्नायुवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, १ माना काँढापानी, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२२२. काँटा भ्याकुर कालु, कण्टालु कालातौड, Kawan Black Yam Plant, *Dioscorea pentaphylla* (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो पाँचपाते काँणे वनतरुल १५०० मिटरसम्ममा पैदा हुने लहरो हो । यो सिक्रीझैँ सेतो/पहँलो रङमा अति सुन्दर फुल्छ, गानो (कन्द) काँडा भएको गोलाकार/च्याप्टो सेला हुन्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, पेट पोल्ने-दुख्नेमा उपयोगी, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिदायक, बृक्कपुष्टिकर, विषघ्न, तनावहर, व्रणरोपक, अग्निकारक, बलवीर्यजनक, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पेट दुख्ने-पोल्नेमा फाइदा गर्छ । यसले रक्तपित्त, अम्लपित्त, गानोगोला, आन्द्रा डल्लो पर्ने, कब्ज, अर्श, आउँरक्त, ज्वर, अजीर्ण, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मन्दाग्नि, मिर्गौला शिथिल, तनाव, पेटको जलन, पित्तवृद्धि, सुकेनाश-दुब्लो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र कन्दस्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२२३. कालीलहरा, कालदुधे बेलो, Milky Rope Black Plant, *Marsdenia tinctoria* (Family : Apocynaceae)

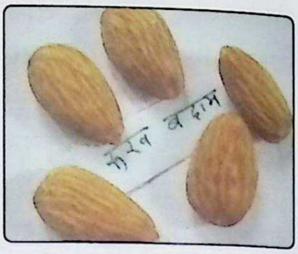
**चिनारी** : यो सबै जलवायुमा पाइन्छ । यसको मसिनो सेतो झुप्पामा फुल्ने लहरो, डाँठ कालो, चेप्टो पात कालोपन लिएको हुन्छ । यो कोट्याउँदा दूध निस्कने औषधीय लता हो । यसको स्वाद मीठो र केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तिक्त यकृतपुष्टिकर, बलकारक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, चर्मरोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पात र डाँठले जोर्नीदर्द, हाडको शोथ, रगतविकार, छालाका रोग, हृदयरोग, ज्वर, मानसिक कमजोरी, स्नायुगत-नसावात, आमवात, धातुस्राव, प्रदर, यौनरोग, मधुमेह, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, दुबी, कुष्ठ, दाद, रक्तविकार, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढा एक गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, दूध ५-१० थोपा २-३ पटक ।

### १२२४. काठेधान राते, रक्तकाष्ठधान्य, WoodRed Rice, Kath Dhan

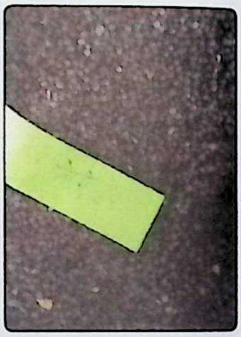
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कडा धानको नाथ्री टुँणो लामो हुन्छ । यो असार-स्रावणमा रोपिन्छ भने कार्तिकमा पाक्छ । यस धानको सेतो चामल हुन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार, सेतो हरियो फुल्छन् र फल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, उदरजलन, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ५ थोपा, दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १२२५. कागजी बदाम, देशीबदाँ, रूखबदाम, वाताद, **Tree Almond Plant,** ***Prunus amygdalus*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो १५००-४००० मिटरमा खेती गरिन्छ। आरु बोटमा पुसतिर कलमीविधिले बिरुवा तयार गरी फैलाउनुपर्छ। यो चैत-वैशाखमा सेतो फुल्ने, भित्ररगत रङको केशर सुनौलो, २०-३० फिट अग्लो रूख असोजतिर पाक्छ। यो लाम्चो/डल्लो फलभित्र तेलीय बीज, रातो परतभित्र हुन्छ। यो कलमी गरेको ३ वर्षमा फल्छ, आरुभैँ हलक्कै बढ्छ, एउटा रूखबाट ८-१० किलो उत्पादन हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फलभित्रको बीज पोषक, मांसपेशीय नसातन्तु सञ्चारक, बलवर्द्धक, रजवीर्यजनक, मस्तिष्क पुष्टिकर, वातव्याधिहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विस्मृति, शारीरिक कमजोरी, आँखारोग, रगतको कमी, वीर्यदोष, अङ्गदर्द, सुन्निएको, जीवनीयतत्त्वह्रास, कुपोषण, दुब्लो, हृदयरोग, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, धनुर्वात इत्यादि सन्चो गराउँछ। शरीरदर्दमा र लडेको-ठोक्किएकोमा लाभ पुर्‍याउँछ। **मात्रा** : बीजचूर्ण १०-२० ग्राम, बीज ३-५ वटा, तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।



### १२२६. कालो तोरी, कालतोडो, लाही, **Black Mustard Plant,** ***Brassica nigra*** (Family : Brassicaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो फराकिलो, पहेँलो फुल्ने, गेडा कालो हुन्छ। स्वाद मीठो लाग्छ र स्वभाव साग ठन्डा र तेल उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गेडा, फूल र पात। गुणधर्म-कर्म : यो रक्तवर्द्धक, मलमूत्रशुद्धिकर, पित्तनाशक, पित्तज्वरनिवारक, अग्निकारक, रक्तविकारहर, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। यसको बीज र तेल समस्त वातव्याधिहर, शोथघ्न, दर्दहर, पुष्टिकर, चर्मरोगहर, शीतनाशक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मूत्रकृच्छ्र, कब्ज, अर्श, रक्तस्राव, गर्मी-पित्तज्वर, रक्तविकार, कुष्ठ, दाद, दुबी, कडा छाला, सुन्निएको, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, धनुर्वात, गृध्रसी, कटिवात, आमवात, दम, खोकी, पिनास, श्वासनली सुन्निएको, कफवृद्धि, पित्तवृद्धि, वातवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : क्वाथ ५० र तेल १० तथा स्वरस/लेदो १०-२० मि.लि., खोटो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक। तेलले १/१ घन्टा दिनमा २ पटक मालिस गर्ने, सेक्ने गर्नुपर्छ।

### १२२७. कालोज्यामिर, जम्बीर, कृष्णलरङ्गी, **Black Sour Citron Plant,** ***Citrus aurantium*** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको बोट मौसमीसमान, फल गोलो हुन्छ। केस्रा नछुट्टिने जालो धेरै भएको भित्रकाला तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात। यसको स्वाद फल अमीलो र पातको परपराउने र तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो द्वीपन-पाचक, रुचिकारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पित्तजअर्बुदहर, तृप्तिकारक, रक्तस्राव, हैजानियन्त्रक, पित्तनाशक, अग्निकारक, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक, पत्थरीहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हैजामा, अपच, अजीर्ण, मन्दाग्नि, भोकको कमी, रक्ताल्पता, मुखसुक्ने, पित्तवृद्धि, पत्थरी, सुक्खा खोकी-दम, पित्तगर्मीज्वर, रक्तस्राव, हैजा, तनाव, जलन, पेट पोल्ने, आँखारोग, पित्तजअर्बुद, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। पाकेको फल निचोरेर रसलाई पकाई खोटो प्रयोग गर्ने चलन छ। **मात्रा** : फलस्वरस/लेदो १०-२० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम, चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र काँढापानी २५० मि.लि., बाक्कल १०-२० ग्राम, आधा-चौथाइफल ३-५ पटक।

### १२२८. काँशदूधे रातो, दुग्धकाँश लालबुटी, **Dudhe Kansh Red Grass– Milky Saccharum Plant**

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, डाँठ रातो, सेता केही रातो वा प्याजी फुल्ने, पात लामो, बालामा सेतो भुवा र बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यसको गाँजिने-फैलिने वृद्धिदर छिटो हुन्छ । यसको सेतो जरा कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ । स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्दीपक, पत्थरीनाशक, दर्दहर, वातव्याधिनाशक, बलवर्द्धक, शोथहर, शीतनाशक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, पित्तानाशक, आयुर्वर्द्धक, अर्बुदहर, मूत्रल, अस्थिपोषक, वाजीकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जराले पत्थरी, जोर्नीवाथ, सम्भोगशक्ति कमी, आमवात, सुन्निने, दर्द, शरीर फुल्ने र फोक्सेमासु लाग्ने, दुब्लाउँदै जाने, स्नायुतन्तु-नसा कमजोर, आन्द्राको निष्क्रियता, कफग्रस्त दम-खोकी, रगत खराबी, एच.आई.भी./एड्स, सुजाक, नपुंसकता, गर्भाशय दोष, रजःवीर्य विकार, पक्षाघात, धनुर्वात, गृध्रसी, कटिवात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२२९. काउसेसिमी कालो तर आँखा सेतो, खट्वाङ्गी, **Giant Stock-Bean Plant, *Canavalia ensiformis***

(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । प्रायः यो गर्मी हावापानीमा खेती गरिन्छ । जेठतिर रोप्ने, भदौमा फुल्ने असोज-कार्तिकमा कोसामा फल्ने फलभित्र काला गेडा तेलीय वा पिठोयुक्त हुन्छन् । मंसिरमा यो लता सुक्छ र भ्याङ हराउँछ । स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकारक, बलवर्द्धक, त्रिदोषशामक, श्रमिकहरूलाई अति उपयोगी, वाजीकर, वेदनाशामक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, कफघ्न, शोथघ्न, निद्राजनक, मदकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, नातागत-कमजोरी रजःवीर्यदोष, दुब्लो, दर्द, स्नायुगतरोग, अग्निमन्द, आन्द्राका घाउ, तनाव-अनिद्रा, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम, खोकी, कफवृद्धि, वातवृद्धि, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : उसिनेको वा भुटेको गेडा वा धूलो (सात्तु) ३०-१०० ग्राम, ताजा स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२३०. कागजी बदाम टर्रो, रूखबदाम, **Tree Almond Plant, *Prunus* sp.** (Family : Rosaceae)

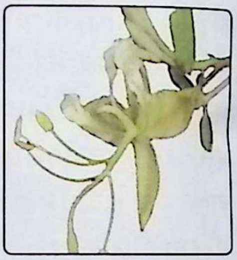
**चिनारी** : यो ठूलो रूख गर्मी हावापानीमा खेती गर्दा उब्जनी छिटो लिन सकिन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो हुन्छ । यो कलमी बिरुवा रोपेको ३ वर्षमा उत्पादन चाख्न मिल्छ । स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, शक्तिवर्द्धक, दर्दहर, पुष्टिकर अतिश्रममा उपयोगी, स्मरणशक्तिदायक, दुग्धवर्द्धक, गर्भस्थापक, वीर्यवर्द्धक, सन्धिबन्धनकारी मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले वीर्यदोष, दुब्लो, कमजोरी, ज्यानदर्द, हाड खिइने, स्मृतिह्रास, जोनीदर्द, रजःवीर्यको कमी, अतिश्रमको पीडा, आँखाको कमजोरी, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, हाड टुटेको-फुटेको, आमवात, स्नायुवात, मांसपेशीयवात, दम, खोकी, पक्षाघात, कटिवात, जलोदर, अण्डकोषवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, ३-५ दाना, १ फल चुसिरहने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२३१. काउनु, कङ्गुनी, कौनु, कनारदाना, आइम, Fox Tail Millet Plant, *Setaria italica* (Family : Poaceae)

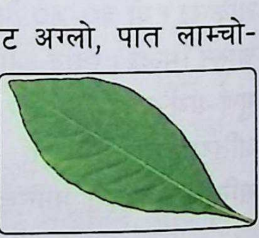
**चिनारी** : यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, सेतो फुल्ने र भुसे बालामा मसिना पहेँला बीजहरू धेरै लाग्छन् । एकदम उत्तम खाद्यपदार्थ काउनुलाई सर्वत्र खेती गरी सबैले खानुपर्छ । पातको साग तथा अन्नबाट विभिन्न मिठाई हुन्छ । यसकारण सबैले काउनुको उपयोग बढाउनुपर्छ । यसमा तेल पनि थोरै निक्लन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अनाज मज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक, जलन र अस्थिभङ्गमा लाभदायक, गर्भवतीको गर्भाशयलाई शान्तिदायक, मूत्रल, सङ्कोचक, समस्त वातनाशक र आमवातमा उपयोगी, रजःवीर्यसुधारक, पीडानाशक, मृदुरेचक, शोथघ्न, जलशोषक मानिन्छ । यसले गर्भाशय र सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, हाड टुटेको-फुटेको, आमवात, स्नायुवात, मांसपेशीयवात, दम, खोकी, फोक्सो सुन्निने, जलोदर, अण्डकोषवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो औषधीय एवम् गुणकारी अनाज हो । भोजनमा गतिशील तथा व्यापक प्रयोगले धेरै रोग भगाउँछ र निरोगी बनिन्छ । यसको नलबाट चिनी/खुदो निकाल्न सकिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, भुटेको बीज वा धूलो/सातु १०-३० ग्राम, खुदो १ गिलास, खोले/काँढापानी १ माना, सक्खर १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### १२३२. कालीकामिनी लहरो, कोधनलता, कोधव, कृष्णहेमकन्दलता, Cadaba Plant, *Cadaba indica* (Family : Capparaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-१०० फिट फैलिने-झ्याङ्गिने विशाल लता, चम्चाकार लाम्चोपात, पुष्प सेतो-हरियो बालामा फुल्ने, बदामसमान जामुनी कालो रङको फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । जरा कालो-खैरो केहीनिलो औँलाजत्रो हुन्छन् । यसको डाँठ/पात/जरालाई कोट्याउँदा तेलसदृशस्राव, रायोको तेल झरेजस्तो हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-टर्रो केही कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, धातु-उपधातु शोधक-मारक, सारक, कृमिघ्न, ऋतुस्राव नियामक, पित्तनाशक, गर्भाशय/यकृतपुष्टिकर, व्रणसुधारक, अर्बुदहर, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मोटोपन, पेटका कृमि, मासिकअधर्म, प्रदर, कलेजो/गर्भाशयरोग, रक्तदोष, रक्तरोग, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२३३. काइयोफल सानो, कनकरा, कथाचम्पा, Nepal Pellet Small Shurb, *Pavetta indica* (Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो, सेतो थुङ्गामा फुल्ने, चारपत्रे जुँगा भएका, हाँगाहरू, हरियो गोलो गेडा पाकेपछि नीलो-कालोभित्र तेलीय सेतो हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही तिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज, फूल, पात र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीनाशक, कफनाशक, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, मधुमेहहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, पत्थरी, रक्तदोष, मासिकअधर्म, मधुमेह, घाउ-खटिरा, कामला, श्वासरोग, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फूलस्वरससुई २-१० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

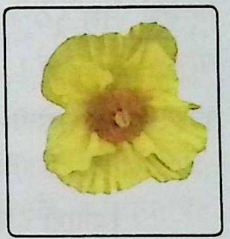
**१२३४. काँशदूधे झुसे, दुग्धकाँशबुटी, Dudhe Kansh, Kansh Grass– Hairy Milky Saccharum Plant**

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, दूधे, सेतो फुल्ने, पात लामो, बालामा सेतो भुवा र बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यसको गाँजिने-फैलिने वृद्धिदर छिटो हुन्छ । यसको सेतो जरा कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ । स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्दीपक, पत्थरीनाशक, दर्दहर, वातव्याधिनाशक, बलवर्द्धक, शोथहर, शीतनाशक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, आयुर्वर्द्धक, अर्बुदहर, मूत्रल, अस्थिपोषक, वाजीकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जराले पत्थरी, जोर्नीवाथ, सम्भोगशक्ति कमी, आमवात, सुन्निने, दर्द, शरीर फुल्ने र फोक्सेमासु लाग्ने, दुब्लाउँदै जाने, स्नायुतन्तु-नसा कमजोर, आन्द्राको निष्क्रियता, कफग्रस्त दम-खोकी, रगत खराबी, एच.आई.भी./एड्स, सुजाक, नपुंसकता, गर्भाशय दोष, रजःवीर्य विकार, पक्षाघात, धनुर्वात, गृध्रसी, कटिवात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१२३५. काङ्ग्रेकुरो, काङ्ग्रेझार, Kangrekuro Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने केशर पहेँलो, पुष्प छिप्पिएपछि बीज पाक्छन्, तेलीय बीज प्रशस्त हुन्छन् । पात आयाताकार लामो हुन्छ, यसको स्वाद तीतो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रोगप्रतिरोधात्मक, वेदनानाशक, कफहर, विषघ्न, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, उदररोगमा उपयोगी, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, हाडको रोग, कफवृद्धि, विषप्रभाव, अर्बुद, पेटको रोग, रक्तपित्त, ज्वर, अङ्गदर्द, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१२३६. क्यासर, कान्ता, वनिता, गुलेनिलम, Himalayan Blue Poppy Plant, *Meconopsis regia***
(Family : Papaveraceae)

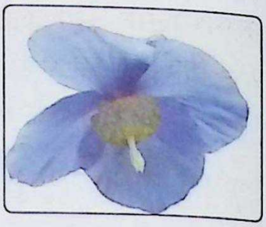


**चिनारी** : यो शीतोष्ण प्रदेशमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात दन्तुर लाम्चो हुन्छ, सुनौलो पुष्प छिप्पिएपछि बीज पाक्छन्, तेलीय बीजहरू प्रशस्त हुन्छन् । यसको स्वाद तीतो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रोगप्रतिरोधात्मक, वेदनानाशक, कफहर, विषघ्न, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, उदररोगमा उपयोगी, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, हाडको रोग, कफवृद्धि, विषप्रभाव, अर्बुद, पेटको रोग, रक्तपित्त, ज्वर, अङ्गदर्द, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१२३७. क्यासर, अर्बुदघ्न, Blue Poppy Plant, *Meconopsis horridula*** (Family : Papaveraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा ३५००-५५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, दूधे, पात ३० से.मि. लामो भालाकार काँडादार चुच्चो, फूल धेरै नीलो र केशर हरियो पहेँलो, अण्डाकार

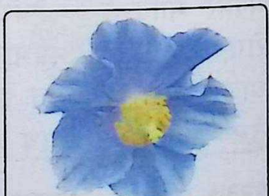
फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम वटी २-३ वटा, अत्तर ५-१० थोपा ३-५ पटक ।



**१२३८. क्यासर त्रिशूलपत्ते, त्रिशूलपाते क्यासर, अर्बुदघ्न, Welsh Poppy Plant, *Meconopsis cambrica***
(Family : Papaveraceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा ३०००-५५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, दूधे, पात त्रिशूल आकारको काँडादार चुच्चो, फूल सुन्तले-पहेँलो, फलदण्ड लामो, लाम्चो कोसा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गलारोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

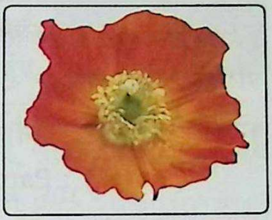
**१२३९. क्यासर सेतो-नीलो, सेत-निलक्यासर, रक्तअर्बुदघ्न, Welsh Red Poppy Plant, *Meconopsis grandis***
(Family : Papaveraceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा ३०००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, यो २-४ फिट अग्लो र भ्याङ्गिन्छ, दूधे, पात लाम्चो भालाकार, फूल निलो वा नीलो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ,

श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, मोटोपन, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गलारोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१२४०. क्यासर सुनौलो, लालक्यासर, रक्तअर्बुदघ्न, Welsh Red Poppy Plant, *Meconopsis cambrica***
(Family : Papaveraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा ३०००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ, यो ३-७ फिट अग्लो, दूधे, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो, फूल सुनौलो, केशर पहेँलो र बीचमा हरियो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गलारोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरा, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१२४१. क्यासर पहेँले, पीतलक्यासर, अर्बुदघ्न, Welsh Blue Poppy Plant, *Meconopsis cambrica***
(Family : Papaveraceae)

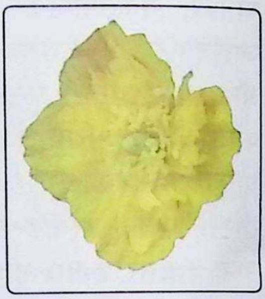
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा ३०००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, दूधे, त्रिशूलाकार पात लाम्चो चुच्चो, फूल पहेँलो वा सुनौलो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गलारोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१२४२. क्यासिया घाँस, सिमिया, कसोद, Siamese Senna Plant, Kassod Yellow Tree, *Cassia siamea***
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ४०-६०

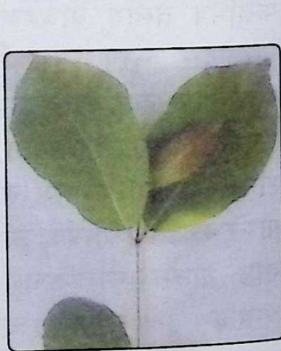
फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, दुवैतिर गएका पात चेप्टो, फूल सुनौलो, कोसामा पाकेपछि फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफहर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, फुफ्फुस/यकृतहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मेदहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले उदरकृमि, आउँ-पखाला, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, प्रदर, प्रमेह, कामला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, मासिकअधर्म, छालाकारोग, आन्द्राको सुक्खापन, मोटोपन, दम, खोकी इत्यादिमा सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/धूलो ३-५ ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फूल चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२४३. क्यासर सुनौलो, वनितापीत, Golden Yellow Poppy Plant, *Meconopsis* sp. (Family : Papaveraceae)



**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात त्रिशूलाकार लाम्चो, सुनौलो रङको थुङ्गामा फुल्ने केशर पहेँलो, र मिसमास पहेँलो प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद कोक्याउने, परपराउने-टर्रो-केही तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातपुष्टिकर, निद्राकर, अतिश्रम पीडाहर, ज्वरनिवारक, अस्थिपोषक, रोगप्रतिरोधात्मक, गलग्रन्थि रोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, ज्वर, अङ्गदर्द, सुन्निएको, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, पेटको रोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, फोक्सोशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२४४. क्यामुनु, बोदरक, सोहिल, Cyamunu Fruit, Hedge Apple, Osage Orange Plant, *Maclura pomifera* (Family : Moraceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीका १८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, फूल रातो, पात चेप्टो, फल २-३ अङ्गुल गोलो कालोभित्र सुगन्धदायक, खुब स्वादिष्ठ चेप्टो तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनाशक, व्रणरोपक-व्रणसुधारक, अर्बुदहर, गाँठा-गिर्खा-गुल्मनाशक, कृमिमारक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्शोघ्न, विषघ्न, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** प्राचीन ऋषिमुनिका अनुसार यसले पिनास, चिसो शिरदर्द, बन्द नाक, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, फोक्सो शोथ, रक्तपित्त, अतिसार र आउँ, गानो, उदरशूल, जोर्नीवाथ, आमवात, कर्णशूल, दन्तदर्द, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्बुद, जलोदर, पाठेघरशोथ, आउँ-पखाला, पुरानो घाउ, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १-३ ग्राम, फल १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., बीजवटी १-३ वटा, बोक्रा १-३ ग्राम ३-५ पटक । नस्यार्थ आवश्यकताअनुसार ।

### १२४५. क्यामुनु सेतो, साहिल, सफेदबोदरक, Cyamunu Fruit White Hedge Apple, *Maclura* sp. (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, काष्ठसार सेतो, फूल सेतो, पात चेप्टो, फल २-३ अङ्गुल गोलो कालो फलभित्र सुगन्धदायक, खुब स्वादिष्ठ फलभित्र चेप्टो तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, व्रणरोपक-व्रणसुधारक, अर्बुदहर, गाँठा-गिर्खा-गुल्मनाशक, कृमिमारक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्शोघ्न, विषघ्न, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : प्राचीन ऋषिमुनिका अनुसार यसले पिनास, चिसो शिरदर्द, बन्द नाक, श्वासप्रश्वास समस्या, दम-खोकी, फोक्सो शोथ, रक्तपित्त, अतिसार र आउँ, गानो, उदरशूल, जोर्नीवाथ, आमवात, कर्णशूल, दन्तदर्द, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्बुद, जलोदर, पाठेघरशोथ, पुरानो घाउ, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १-३ ग्राम, फल १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., बीजवटी १-३ वटा, बोक्रा १-३ ग्राम ३-५ पटक । नस्यार्थ आवश्यकताअनुसार ।

### १२४६. किम्बु मूलापाते, किम शहतूत, Morus Reddish Leaves Tree, *Morus* sp. (Family : Moraceae)

किम्बु
Morus alba L

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात मुलापातसमान, फूल हरियो-पहेँलो, फल हरियो रौँदार पाकेपछि रातो हुँदै कालो रसदार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा, रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, फल १०-३० वटा, अर्क ५० र फलस्वरससुई १०-२० तथा क्वाथ १०० र मि.लि., फल १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### १२४७. किम्बु भाले, अखजीकिम, शहतूत, Kimbu Non–Flowering and Fruitings Plant, *Morus* sp. (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, चोपदार बोटमा पात त्रिशूल आकार नचिरिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, चोप र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्कहितकारी, यकृतपुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, वातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीको घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, कृमि, आउँ-पखाला, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, कलेजोरोग, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर,

अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, रक्तचाप, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, पत्थरी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

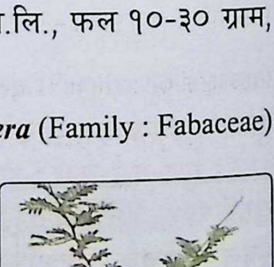
### १२४८. किम्बु पात चिरिएको, मुसनेणी, नान किम, **Broken leaf Morus Plant, *Morus* sp.** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चे चिरिएका, फूल हरियो-पहेँलो, फल हरियो रौँदार पाकेपछि पहेँलो-रातो हुँदै कालो रसदार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, कृमिमारक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। पाक्या फल खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, फल रसको खोटो ५-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा फलस्वरससुई ३-१०मि.लि., फल १०-३० ग्राम, फल १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### १२४९. किम्बु लाम्चो फल, मुसनेणी, क्युकाफल, किम लम्बाशहतूत, **Long Fruited Mulberry Plant, *Morus macroura*** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो विरुवा रेशम खेती गर्नेहरूले व्यापक लगाउँछन्। यो ३०-६० फिट अग्लो, पात चप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फल लामो झुत्तोमा हरियो रौँदार पाकेपछि पहेँलो-रातो हुँदै कालो रसदार पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, कृमिमारक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० तथा फलस्वरससुई १०-मि.लि., फल १०-३० ग्राम, फल १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

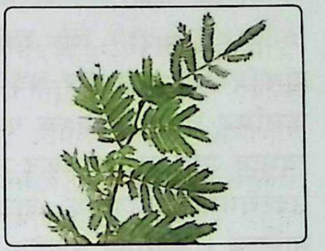
### १२५०. किकर ठूलोसेतो, किँकरात, छोंकर, केशहंत्री, **Spung Tree, *Prosopis spicigera*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो कागतीको बास्ना आउने ३०-५० फिट अग्लो, काँडादार, सदा हराभरा रहने, रूखबाट चोप निस्कने, संयुक्त पात दुवैतिर गएका एक डालीमा, काष्ठसार सेतो, सेतो फुल्ने, फल कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, वेदनाहर, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर,

कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, दुख्ने, शारीरिक दुर्वलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२५१. किँकर, किँकिरात, काणेबबुर, सानो काँडेबबुल, **Pain Cut Plant, Kalo Kingkar**



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, वोक्रा कालो, पात संयुक्त साना, फूल नीलो, कोसामा फलभित्र तेलीय एक बीज, पुरानो बोटमा चोप निक्लने हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, चर्मरोगहर, फोक्सोशोथहितकारी, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, क्षय, गानो, आउँ-पखाला, सुजाक, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी/रस १/१ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३, बीज ३-५ वटा १-३ पटक ।

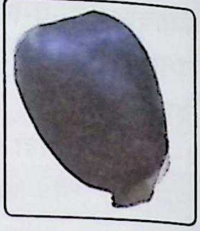
### १२५२. किम्बु बामपुडके, सानो, तुथम, तुथो, नान किम सूक्ष्मशहतूत, **Aino Mulberry Plant,** ***Morus australis*** (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो रेशमखेतीका लागि पात र रक्तरोगीलाई फल अनि घाँस पशूलाई समेत उत्तम गनिन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो दन्तुर, फूल हरियो-पहेँलो, फल पाकेपछि कालो रसदार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-स्वादिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, पत्थरी, कुपोषण, हैजा, नेत्रकमजोरी, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई १०-२० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., फल १०-३० वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

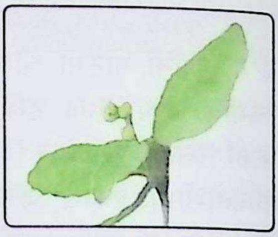
### १२५३. किकोनी कालो, अट्टजम, परजम्ब, इडला, भ्याला, **Rose Sandalwood Tree,** ***Olea dioica*** (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, खैरो वोक्रा, पात चेप्टो-चुच्चो मुलायम, फूल हरियो-सेतो केशर गुलाबी रङको, गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-तीतो-परपराउँछ ।

**गुण-धर्म-कर्म** : यो उदररोगनाशक, शोथघ्न, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, ज्वरनाशक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, ज्वर, कामला, अम्लपित्त, पत्थरी, सङ्ग्रहणी, उदररोग, प्रदर, मधुमेह, अर्श, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, अण्डकोषवृद्धि, मुखपाक, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अपच, अरुचि, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-३ वटा, वटी १-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

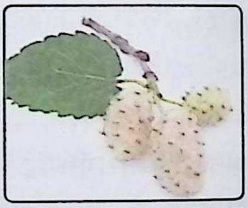


### १२५४. किन्किनी, कोन्दाई, शृववृक्ष, बिलाङ्गडा, नाका, Indian Palm, *Flacourtia sepiaria*
(Family : Salicaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू काँडादार, पत्र १-२ अङ्गुल लामो दन्तुर चेप्टो, पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, सङ्ग्राहक, उदररोगमा लाभदायक, वातव्याधिहर, मूत्रल, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, आउँ-पखाला, रक्तविकार, दस्त, कामला, दाद, कुष्ठ, दुबी, जनैखटिरा, दम, खोकी, श्वासरोग, जलोदर, क्षयरोग, पत्थरी, गानो, उदरशूल, अर्श, रक्तस्राव, सङ्ग्रहणी, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-३ वटा, बीजतेल १० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १२५५. किम्बु सेतो फुल्ने सेतै फल्ने, White Mulberry Plant, Mulberry Paper Flowers

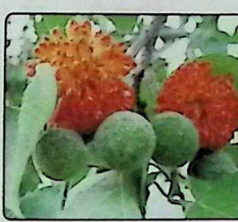


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, चेप्टो पात, वाङ्गो-टेडो हाँगाहरू, सेतो फुल्ने, सेतो फल्ने रसिलो हुन्छ। यसको स्वाद अमिलो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, नेत्ररक्षक, हृदयहितकारी, मृदुरेचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, रक्तस्राव, हैजा, घाउ-खटिरा, चर्मरोग, अर्श, कब्ज, मासिकअधर्म, आँखाको रोग, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### १२५६. किम्बु सेतो फल्ने, किमु, White Mulberry Fruits Plant, *Morus* sp. (Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो बालामा फल रसिलो सेतो रङको हुन्छ। यसको स्वाद अमिलो-मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मेदहर, मृदुरेचक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, मोटोपन, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पिसाबरोग, अमहिनावारी, पत्थरी, रक्तपित्त, उदरशूल, प्रदर, कब्ज, अर्श, ज्वर, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फलस्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, फल पाकेको फल २०-५० ग्राम, पात २-५ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### १२५७. किनतेल, भालुकाँडे, Kinpira, Burdock Plant, Gobo, *Arctium lappa* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गर्न सकिन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, चेप्टो फराकिलो पात गाढा हरिया, निलो फुल्ने बीचमा कलेजी रङको सुईमुखीसमान, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। यो एक तेलहन बाली हो। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, वातव्याधिनाशक, बलकारक, अस्थिपोषक, श्लेष्महर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, स्मृतिदायक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, ठोक्किएको, मर्किएको, छालाको रोग, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, वातवृद्धि, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, भुटेको बीज आधा-एक मुठी, अर्क ५० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना, खोले १ कचौरा, मालिस गर्ने २-३ पटक।

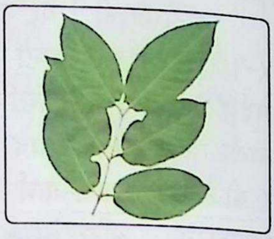
### १२५८. किकर कालो गन्हाउने, देवबबुल, गन्धकबबुल, Neddlebush Golden Flower, *Acacia farnesiana* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो विशाल वृक्ष कालो बोक्रा काँडाले भरिएको, पात संयुक्त दुवैतिर गएका, सुनौलो थुङ्गामा फुल्ने, फल कोसाभित्र तेलीयबीजहरू, कालो चोप निक्लन्छ। यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, फूल, बीज, बोक्रा र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तशोधक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, शोथघ्न, गर्भाशय सङ्कोचक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, स्नायु-नसावात, सन्धिशोथ, हड्डी टुटेको-फुटेको, ढाड-कम्मर दर्द, विषप्रभाव, आमवात, पाठेघर खस्ने, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १२५९. किम्बु कागत, वनतूत, कागजी शहतूत, Paper Mulberry Plant, *Broussonetia papyrifera* (Family : Moraceae)

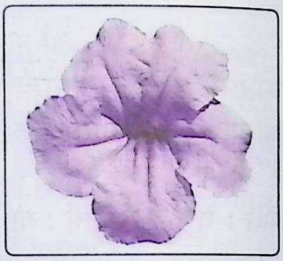
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-७० फिट अग्लो, पात चेप्टो तीनभागमा बाँडिएका उल्टोतिर सेतो मसिना भुस, गोलाकार फल, फूल रातो/सेतो स्त्री र पुरुष हुन्छन्। यो कागज बनाउने रूख हो। यसको बोक्रा, पानी, सोडा पकाउँदै गर्ने सुक्छ थप्दै जाने लेदो पार्ने अनि सुकाउने कागत तयार हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो-केही तितो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, मृदुरेचक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, रक्तदोष, रक्तपित्त, जलोदर, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, कामला, ज्वर, उदरशूल, अङ्गशोथ, कुपोषण, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १२६०. किन्डल वृक्ष, पीला मार्दु, **Kindal Tree,** ***Terminalia paniculata*** (Family : Combretaceae)



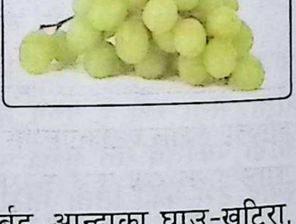
**चिनारी** : यो १८०० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो-फराकिलो, चेप्टो फलभित्र तेलीय बीजहरू, फूल सेतो-हरियो फुल्छन् । यसको स्वाद टर्रो र तीतो लाग्छ, स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मेदहर, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक, कृमिमारक, ज्वरघ्न, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सङ्ग्रहणी, पेटका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, प्रदर, कुष्ठ, हैजा, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, मोटोपन, विषप्रभाव, कफग्रस्त दम-खोकी, गानो, उदरशूल, रक्तदोष, हृदयरोग, अर्श, आउँ-पखाला, मोटोपन, रक्तदोष, रक्तरोग, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १२६१. किरायत बैजनी, **Mexican Purpul Bells Plant,** ***Ruellia simplex*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३ फिट अग्लो, पात भालाकार, बैजनी वा निलो वर्णको फुल्ने, कोसामा चेप्टो तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद तीतो र बीज टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, रक्तपित्त, मोटोपन, कलेजोरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष, टाउको दुख्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने, अर्श, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम २-३ पटक ।

### १२६२. किसमिस सानो फल, छोटीदाख, बीजविनाको अङ्गुर, **Seedless Grape Plant,** ***Vitis* sp.** (Family : Vitaceae)



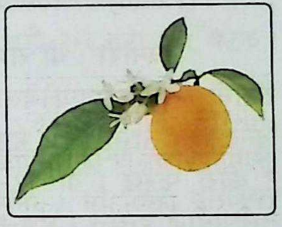
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट लामो-ठूलो झ्याङ लहरो, पात चेप्टो केही लाम्चो, फूल रातो, बीज नभएको चेप्टो रसिलो मांसल सानो फल, पतझर हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, रक्तदोषहर, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, कुपोषण, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अपस्मार, पित्तवृद्धि, ज्वर, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, पेट पोल्ने, रक्तस्राव, बेचैनी, अनिद्रा, आन्द्रा सुक्ने रोग, नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, रस १ गिलास, काँढापानी १ माना, अङ्गुरासव २०-३० र अरिष्ट १०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१२६३. कीटाणुअसर सुनाखरी, कीडाअसर सुनगाभो, Incect Bearing Pelatantheria, Feng Die Lan, *Pelatantheria insectifera* (Family : Orchidaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पुराना वृक्षहरूमा उम्रन्छ । चट्टानमा/मुढामा पनि यो मिल्छ । यो १५-३० से.मि. लामो, पात ५ से.मि.बेलनाकार-लामो रोमश दुवैतिर गएका, असोज-पुषमा फूल पहेँलो/सेतो/कलेजीमा बैजनी वा गुलाबी वा रातो केशर पुतलीआकारको आकर्षक फुल्ने, मसिना तेलीयबीजहरू, जरा मसिना हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, मूत्रल, स्मृतिदायक, कामोद्दीपक, रजःवीर्यसुधारक, सन्तानदायक, गर्भपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, मूत्ररोग, स्मृतिह्रास, रजःवीर्यदोष, निःसन्तान, यौनकमजोरी, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१२६४. कीप ठूलो, बृहत्कीप, बिजौरा, बडा निंबु, Seville Orange Plant, *Citrus aurantium* (Family : Rutaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका पहाडी क्षेत्रमा पैदा हुन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, काँचो फल तीतो र पाकेपछि मीठो-अमिलो हुन्छ। पुसतिर पाके पछि पहेँलो फल मधुर र अमिलो चाररसले युक्त हुन्छ । **गुण-धर्म-शक्ति** : यो पित्तहर, उच्चरक्तभारमापक, रक्तस्राव नियन्त्रक, हृदय हितकारी, हैजाअवरोधक, तनावहर, स्मृतिदायक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक-व्रणसुधारक, अग्निकारक, मूत्रल, विषघ्न, गर्मी-पित्तज, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा दम, बिग्रेको रुघा-पिनासमा, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, गानोगोला, अधिकपित्त, उच्चरक्तचाप, आउँ-पखाला, तनाव, विषप्रभाव, गर्मी-पित्तज अर्बुद, कफ नबन्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १-३ ग्राम रस/लेदो, १०-२० ग्राम केस्रा, खोटो १-२ ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १/१ वटा, अत्तर ३ थोपा ३-५ पटक ।

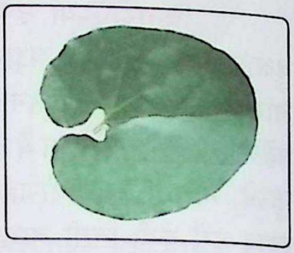
**१२६५. कीकर सेतो, सफेदकिकर, छेंकर, छोंकर, White Kikar Tree**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, काँडादार हाँगाबिँगाहरू, बोक्रा सेतो, सेतो फुल्ने, गोलो-चेप्टो फल्ने, तेलीय बीजहरू, पुरानोमा चोप निस्कन्छ। यसको स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ र स्वाद टर्रो र फीका लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, फल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पीडाहर, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, बलकारक, रजःवीर्यसुधरक, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अस्थिरक्षक, वेदनानाशक, गर्भाशय सङ्कोचक, सन्धिबन्धक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, हाडको रोग, रजःवीर्यदोष, सन्धिखुकुलो, ठोक्किएको, मर्किएको, कटिवात, गृध्रसीवात, अण्डकोषवृद्धि, हर्निया, सुन्निएको, अर्बुद, गाँठागुठी निक्लेको, दम, खोकी, श्वासनलीशोथ, रक्तस्राव, हैजा, शारीरिक कमजोरी, घाउ-खटिरा, अङ्गदर्द, गर्भाशयशोथ, आङ खस्ने, धातुस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज २-३ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

### १२६६. कीरामारी, कीडामार, कृमिघ्नी, **Birth Wort, Worm Killer Plant,** *Aristolochia bracteata*

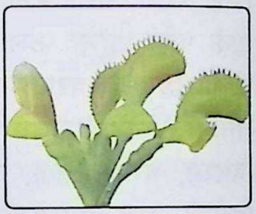
(Family : Aristolochiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो-लामो फैलिने लहरो बहुवर्षायु, हृदयाकार पात चेप्टो फराकिलो, पुष्प सेतो र बैजनी, ६ धार भएको लम्बगोल फलभित्र चेप्टो तेलीयबीज कालो हुन्छन् । यसको प्रयोग ताजा नै सर्वोत्तम भनिन्छ । यसको स्वाद तीतो-टर्रो लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । यो दुर्गन्धयुक्त हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, व्रणसुधारक, मासिकधर्मनियामक, गर्भाशय सङ्कोचक, कफ-विषनाशक, रेचक, ज्वरनिवारक, मेदहर, यौनरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रेचक, ज्वरनिवारक, मेदहर, यौनरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदर कृमि, हड्फुटन, ज्वर, पित्तवृद्धि, दुबी, दाद, कुष्ठ, कब्जियत, अर्श, कफग्रस्त समस्या, दम-खोकी-पिनास, गर्भाशय सुन्निने-खस्ने, मासिकअधर्म, प्रदर, यौनरोग, गानो, मोटोपन, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२६७. कीरा फसाउने जाली, चुहादानी-मांसाहारी, **Venus Flytrap Plant, Mouse Trap,** *Dionaea muscipula*

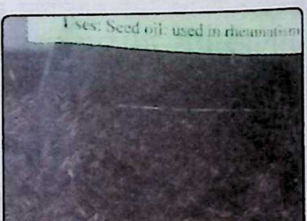
(Family : Droseraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मांसाहारी बिरुवा सुईको रोशनी र कीरा पाएकोबेलामा सक्रिय हुन्छ । यो आयाताकार पात हरियो-पहेँलो वर्णको किनारामा लामा दाँती भएको अग्लो डिल परेको आली लगाएझैं बीचमा समथर हुन्छ र कीरा फस्छ । यो १५-३० से.मि. अग्लो, सेतो फुल्ने, फलभित्र काला गोलाकार तेलीयबीज हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, चर्मरोगहर, व्रणसुधारक, गर्भाशय सङ्कोचक, कफ-विषनाशक, रेचक, ज्वरनिवारक, मेदहर, यौनरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रेचक, ज्वरनिवारक, शोथहर, यौनरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदर कृमि, हड्फुटन, दुबी, दाद, कुष्ठ, अर्श, कफग्रस्त समस्या, यौनरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ३० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२६८. कृष्णजीरक झुसे, जीराकालो, स्याहजीरा, **Black Caraway Seed Plant,** *Carum carvi*

(Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, झुसे, पात त्रिशूलाकार संयुक्त छिन्नभिन्न, फूल सेतो छत्राकार, दुवैतिर चुच्चो परेको तेलीय काला बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तिक्त यकृतपुष्टिकर, कफनिस्सारक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, पित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, पेट दुख्ने,

प्रदर, प्रमेह, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गोला, मासिकअधर्म, छालाका रोग, पत्थरी, उदरशूल, पेट पोल्ने, आन्द्राको सुक्खापन, मोटोपन, मधुमेह, दम, खोकी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फूल चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १२६९. कृष्णफूल, जयकृष्ण, पार्सा, **Passion Fruit Plant,** ***Passiflora edulis*** (Family : Passifloraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात तीनभागमा विभाजित १०-१५ से.मि. लामो र फराकिलो दन्तुर सेतो रङ्गको, फूल घडीझैं नीलो/सेतो/पहैंलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग, मूत्राशयको पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १२७०. कृष्णभोग धान, **Yogikrisna Vog Rice, Krishnavog Dhan**

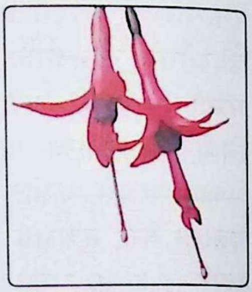
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो रोपो बास्ना आउने, धानको टुप्पो कालो नाथ्री टुँणो हुन्छ। यो धानको ५६ भोग, १०८ कृष्णभोग पूजा गरी खाने प्रचलन थियो। यो धान योगेश्वर कृष्णकालमा देखिएको थियो। यो प्रख्यात बास्नादार धान अचेल हराउँदै गएको छ। यो स्रावणमा रोपिन्छ भने कार्तिकमा पाक्छ। यस धानको सेतो चामल हुन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो बास्नादार। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, उदरजलन, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### १२७१. कृष्णकली फूल, **Fuchsia Flower, Fireworks of Pink Plant,** ***Fuchsia hybrida*** (Family : Onagraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने १०-१५ फिट अग्लो झाडी, पात चेप्टो केही लाम्चो, राता डाँठ, फूल रातो-सेतो केशर रातो फुल्ने, फल गोलो रातो पाकेपछि कालोभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो

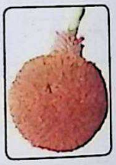
लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फियोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्वलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२७२. कृष्णकलीफूल, लहरेकृष्णकली, **Climbing Fuchsia Plant, *Fuchsia regia*** (Family : Onagraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१५ फिट अग्लो वा लहरिन्छ, रोमश डाँठ र पात, पात लाम्चो, फूल रातो हल्का कलेजी फुल्छ, फल गौवासमान ठूलो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, पुष्टिकर, वातहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गलगाँड, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखपाक, पिनास, टन्सिल, गलग्रन्थिरोग, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२७३. कृष्णभुला, छोरियल, **Tree Bean Plant, Yangchak, *Parkia biglobosa*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू, पात लाम्चो आयाताकार, पुष्पदण्ड लामो रातो फुल्ने, कोसामा भित्र पहेँलो तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिकारक-बलदायक, नेत्ररक्षक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, वातहर, पोषक, पेटको रोगमा लाभदायक, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रगतको कमी, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, अतिश्रमको पीडा, बुढचौली रोग, दम, खोकी, मासिकअधर्म, आँखाको कमजोरी, दुब्लो, पेटको रोग, भस्मकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ फल, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फलस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२७४. कृष्णमार्सीधान, कालोमार्सी, कृष्णभोगशालिधान्य, **Krisna Marsi Rice**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ३२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ । यो धान वर्षाको पानीले खेती हुन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, रोमश, पात लाम्चो भालाकार तिखो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, वाटुलो धान कालो भुप्पामा, बास्नादार कालो चामल हुन्छ । यो जेठ-साउनमा रोपेर असोज-मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद

मीठो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्तन्यजनन्, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तप्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, पेटका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १२७५. कुलञ्जन सेतो फुल्ने, हिमकुलञ्जन, Lesser or Alpinia Galangal Plant, *Alpinia officinarum* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात आयाताकार लामो, सेतो फुल्ने हल्का रातो जरा धेरै गँठाइलो सेलाहरू जोडिन्छन्, धेरै झ्याँगिन्छ, यो एक प्रकारको अदुवा नै हो । यसको स्वाद बास्नादार-परपराउने, हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, उदररोगमा लाभदायक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी-दम-चिसो-रुघा फोक्सो/श्वासनली सुन्निएको, गानो-वायु, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, क्षयरोग, जलोदर, पेट फुल्ने-सुन्निने, आमवात, गृधसी, मोटोपन, आउँ-पखाला, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

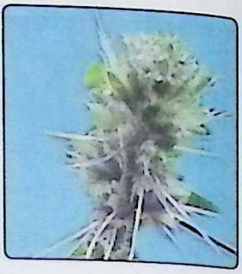
### १२७६. कुन्दरिणी, हृदयहितकारिणीलता, कणर्नी लहरो, Wat Let Creeper Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-१०० फिट लामो लहरा, पतझर, पात गोलाकार-पञ्जाकार मुलायम, फूल सेतो फुल्छ, अण्डाकार केही लाम्चो पाकेपछि पहेँलो हुँदै रातो फलभित्र रातो गुदी र तेलीय बीजहरू, गानो सेता सेलाहरू लाम्चो उपजरा धेरै हुन्छन् । यो पुष, माघ र फागुन महिना फुल्दैन र फल्दैन । यो नौ महिनाभरि काँचै वा पकाएर खाने र जाडोको तीनमास कन्द खाने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी रक्तपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन-कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, मुटु र कलेजोरोग, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, नेत्ररोग, आमवात, रक्तविकार, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, फलस्वरससुई २० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, मुन्टा र कलिलो साग/बीजदाल/फलाहार ३०-१०० ग्राम, फल ३-१० वटा ३-५ पटक ।

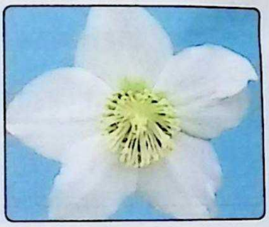
### १२७७. कुट्की हरियो-पहेँलो फुल्ने, कटुकी, कटम्भरा, Green Yellow Flower–Hellebore Plant, *Picrorhiza kurroa* (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २५००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० से.मि. अग्लो,

चम्चासमान पात संयुक्त ३-७ वटा, चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, सेतो केशर पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा खैरारङका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, सर्वरोगनाशक, विषघ्न, हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, कष्टार्तव, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, अर्श, उदरशूल, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनलीरोग, जलोदर, गर्भाशय शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, फोक्से मासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, कमलपित्त, गानोगोला, हैजा, उदरकृमि, अज्ञातरोग, असाध्यरोग, रक्तक्यान्सर, एचआईभी/एड्स, क्षयरोग, कलेजोको रोग-हेपाटाइटिस सन्निपातज र विषमज्वर, बेढङ्गेमोटो, विषविकार, हैजा, उन्माद-पागलपन, उच्चरक्तचाप, विष-विकार, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **सावधानी** : कमजोर र निम्नरक्तचापका व्यक्तिले धेरै नखाने, लामो समय र मात्रा अधिक नगर्ने । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई २-५ र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।



### १२७८.कुट्की सानी, कुटुकी खुर्सानी, Yoga Rose, Black Hellebore Plant, *Helleborus niger* (Family : Ranunculaceae)

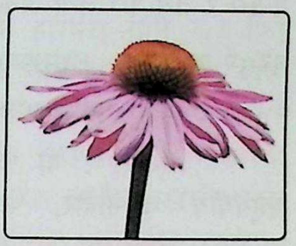


**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २५००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० से.मि. अग्लो, पात संयुक्त ३-७ वटा चेप्टो केही लाम्चो, फूल सेतो केशर पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा माटे रङका हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग**: सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, यकृतपोषक, विषघ्न, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तचापमापक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, कष्टार्तव, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, अर्श, उदरशूल, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, गाँठा-गिर्खा, श्वासनलीरोग, जलोदर, गर्भाशय शिथिलता, सुजाक-यौनरोग, फोक्सेमासु लाग्ने, हृदयरोग, मासिकअधर्म, कमलपित्त, गानोगोला, हैजा, उदरकृमि, अज्ञातरोग, असाध्यरोग, रक्तक्यान्सर, एचआईभी/एड्स, क्षयरोग, कलेजोको रोग-हेपाटाइटिस, सन्निपातज र विषमज्वर, बेढङ्गेमोटो, विषविकार, हैजा, फियो र मिर्गौला अनिद्रा, उन्माद-पागलपन, उच्चरक्तचाप, सर्पको विषलगायत सबै विष-विकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **सावधान** : कमजोर र निम्नरक्तचापका व्यक्तिले धेरै नखाने, लामो समय र मात्रा अधिक नगर्ने । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई २-५ र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२७९. कुनीघाँस, कुणी, Purple Coneflower Plant, *Echinacea purpurea* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, चेप्टो चुच्चो पात, बास्नादारफूल रातो-प्याजी फुल्ने, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद बास्नादार मीठो-हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक,

रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखका घाउ, कब्ज, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, आउँ-पखाला, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, चर्मरोग, पागलपन, मानसिक समस्या, मृगी इत्यादि सन्चो गराउँछ।



**मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १२८०. कुरिलो हाँगा धेरै हुने, काँडा नहुने, मुलायम कुरिलो, Soft Kurilo, Asparagus Without Thron Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदाबहार हो। यो ३-५ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, कुरिलोसमान देखिने नरम-मुलायम-विनाकाँडाको हुन्छ, पात संयुक्त-मसिना-छिन्नभिन्न, सेतो फुल्छ, पछि सेतो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्क/यकृतपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्शोघ्न, पित्तनाशक, विषघ्न, स्तन्यवर्द्धक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले स्तनमा दूधको कमी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तस्राव, मन्दाग्नि, रजःवीर्यदोष, रक्तरोग, उदरजलन, गोला, कलेजोको रोग-हेपाटाइटिस, यौनरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, जरास्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १२८१. कुरिलोमाकुरी, शतावरी माकुरीजालो, Makuri Kurilo, Spider Asparagus Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्णका २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यसको फल गोलाकार मसिनो भ्याङ माकुराको जालोझैँ चारैतिर फैलिन्छ। यो सदा हरियो रहने, यो २-५ फिट लामो लहरो, सेतो डाँठ, पात संयुक्त, फूल हरियो-पहेँलो फुल्छ, गोलो फलभित्र तेलीय बीजहरू, सेतो जरा-उपजरा धेरै हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र चिप्लो केही टर्रो-मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर, बन्ध्यत्वनाशक, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले निःसन्तान, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन, अर्श, उदरशूल, मुटु र कलेजो ज्वर, मासिकअधर्म,

प्रदर, नेत्ररोग, आमवात, रक्ताल्पता, मधुमेह, स्नायुतन्तुशिथिल, मुटुको कडापन, शिरमण्डलका रोग, पागलपन, विस्मृति इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१२८२. कुशेघाँस, लामज्जक, रवाबी, कर्णकुशा, Braman Signgrass, *Andropogon jwarancusa* (Family : Poaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण, समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, बहुवर्षीय बास्नादार, पात भालाकार, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद बास्नादार मीठो-हल्का टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, विषनाशक, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्रा सुक्खापन, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीका रोग, वातविकार, रगतविकार, कब्ज, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, सुन्निएको, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, यौनरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, चर्मरोग, मानसिक समस्या, मृगी, स्नायुतन्तु कमजोरी, नपुंसकता, पित्तरोग, क्षयरोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, पात स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१२८३. कुरिलो तीनफूले, ख्वाँटा, Three Fule Asparagus Plant, Kurilo, Tinfule Makaipate, *Asparagus* sp. (Family : Asparagaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, त्रिपत्रक निलो-सेतो फुल्ने, जरा सेता, पात लाम्चो हुन्छ, तेलीयबीजहरू, जराबाट हाँगा निस्कन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग**: सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रोचक, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रसायन, बुढचौलीनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, रगतविकार, मुखपाक, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्रकमजोरी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, अर्श, हाड खिइने, डन्डिफोर, दाग, विषप्रभाव, मिर्गौलारोग, पिसाब नहुने, पत्थरी, गर्मी-पित्तज्वर, कमलपित्त, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, जरास्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १२८४. कुरिलो कालो, कालख्वाँटा, कुर्ला, झिंझिराइनकाँडे, श्यामा शतावरी, Black Root of Asparagus, Asparagus Dark Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने २-३ फिट अग्लो, कालो डाँठ भएको, पात संयुक्त मसिना फिरिरर परेका, फूल नीलो, फल गोलाकार पाकेपछि कालो तेलीय बीजहरू, जरा काला लाम्चा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, मुना र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, रेचक, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, मुना २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १२८५. कुरिलो रातो डाठे,लालझिंझिराइन काँडे, रक्तशतावरी, Red Stem Asparagus, Red Asparagus Plant

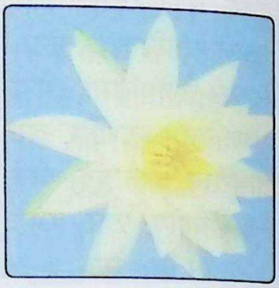
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने २-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ भएको, पात संयुक्त मसिना फिरिरर परेका, फूल नीलो, फल गोलाकार पाकेपछि कालो तेलीय बीजहरू, जरा हल्का रत्छाँया परेको लाम्चा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, मुना र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, मुना २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १२८६. कुरिलो भुइँअलैँचे, सटौर, इलाइँचे शतावरी, Ground Asparagus Like a Alainchi Fruit plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यसको पात बोझोझैँ छोटो भालाकार, यसको हाँगा हुँदैन, जरामा डुकु हाल्छ र अलैँचीजस्तो घोगा फल्छ । यसको मूलजरा सतुवाको तरह हुन्छ । यसको हरियो गानो पाक्दा रातो, स्वादमा अति तीतो हुन्छ । यो प्रायः तरकारी चटनी खाने काममा आउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र मुना । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो खाएपछि मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, मुदुरेचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामकं, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, ज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेको, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि,

हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, स्तनक्यान्सर, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, जरास्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, मुना २-५ वटा ३-५ पटक।

### १२८७. कुमुद, नीलोफोर, कुमुदनी, Hairy Water Lily Plant, *Nymphaea pubescens* (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो र १-३ फिट फैलिन्छ, पात गोलाकार, फूल थुँगामा सेतो केशर पहेँलो फुल्ने, तेलीय बीजहरू, जरा पानीमा तैरिन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, अर्शोघ्न, स्मृतिदायक, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोका बिबिरा, कमलपित्त, अम्लपित्त, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तस्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, अनिद्रा, स्मृतिह्रास, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, पित्तविकार, मूत्राघात, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १२८८. कुक्चे, ङ्याची (मुस्ताङी), Kukche Plant

**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुका ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो फुल्ने, फल मसिनो कालो। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्शोघ्न, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषात्मक विकार, रगतविकार, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १२८९. कुटसिमल रातो, लाललतासिमल, लहरेघाँस, परसोती, रक्तअष्ठावक्रशाल्मली, Big Red Creeper Kut Simal Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-३०० फिट फैलिन्छ, रातो डाँठ, पराश्रयी लहरो मोटो राता काण्ड, बाँङ्गोटेढो हाँगाहरू, पात चेप्टो वा लाम्चो, फूल रातो, फल गोलो कालो पाकेपछि भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो

हुन्छ । गुण-धर्म-कर्म : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, कामोद्दीपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । औषधीय उपयोग : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दुख्ने, प्रदर, प्रमेह, कामला, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, धातुस्राव, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, छालाका कडापन, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, मुखपाक इत्यादि सन्चो बनाउँछ । मात्रा : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-२० मि.लि., रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फूल चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, चोप/खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२९०. कुटसिमल, लतासिमल, परसोती, अष्ठावक्रशाल्मली, **Kut Simal White Biggest Vine Plant**

चिनारी : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-३०० फिट फैलिन्छ, काष्ठसार श्वेत, पराश्रयी लहरो मोटो काण्ड, बाँङ्गोटेढो हाँगाहरू, पात लाम्चो, फूल सेतो, फल गोलो कालो पाकेपछि भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । उपयोगमा आउने अङ्ग : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । गुण-धर्म-कर्म : यो मृदुरेचक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, कामोद्दीपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । औषधीय उपयोग : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, मुख-जिब्रोमा खटिरा निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दुख्ने, प्रदर, प्रमेह, कामला, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, धातुस्राव, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, छालाका कडापन, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो बनाउँछ । मात्रा : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० मि.लि., रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फूल चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, चोप/खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२९१. कुट्की कालो सानो, श्यामाक कटुकी, **Black Flower Kutki,** ***Neopicrorhiza*** **sp.**
(Family : Plantaginaceae)

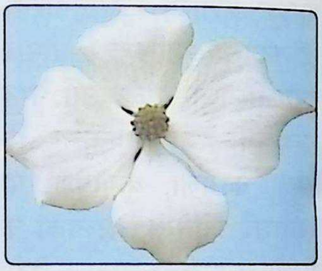
चिनारी : यो समशीतोष्ण हावापानीको ४०००-६३०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो एक फिट अग्लो, भुइँबाट माथि निक्लेका पात लाम्चो, फूल पुष्पदण्डमा नीलो रौं फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि गोलो फलमा तेलीय बीजहरू, जराहरू काला भुत्लाहरूले जेलिएका हुन्छन् । उपयोगमा आउने अङ्ग : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ । गुण-धर्म-कर्म : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ ।

औषधीय उपयोग : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा, गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, कलेजो सुक्ने (सोरासिस), गलाघाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । मात्रा : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२९२. कुटसिमल हरियो, हरालतासिमल, हरितअष्ठावक्रशाल्मली, Big Red Creeper– Kut Simal Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-३०० फिट फैलिन्छ, पराश्रयी लहरो मोटो काण्ड, बाँङ्गोटेढो हाँगाहरू, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलो कालो पाकेपछि फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, कामोद्दीपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दुख्ने, प्रदर, प्रमेह, कामला, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, धातुस्राव, मासिकअधर्म, नमोटाउने-दुब्लाउँदै जानेमा, छालाका कडापन, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुख्खापन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, मुखपाक इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-२० मि.लि., रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फूल चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, चोप/खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२९३. कुकुरकाठ, तीरवनस्पति, कुत्तापेड, Flowring Dogwood Plant, *Cornus florida* (Family : Cornaceae)

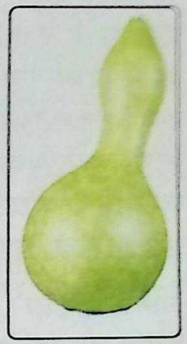


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो फुल्ने केशर हरियो, राता अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगनाशक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, दुबी, दाद, कुष्ठ, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कमलपित्त, अम्लपित्त, आउँ-पखाला, दम-खोकी, पक्षाघात, ज्वर, रुघा, रक्तस्राव, गलाका रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, अर्श, टन्सिल, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२९४. कुरो बडो हिमाली, कुरो काणी, किनतेल, Kinpira, Kurri, Himalayan Burdock, Gobo, *Arctium lappa* (Family : Asteraceae)

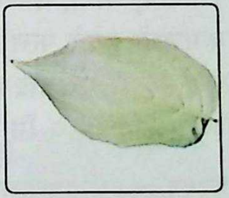
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो खेती गर्न सकिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, ठूलो चेप्टो पात, काँणादार फल गाढा हरियो फुल्ने बीचमा गुलाबी रङको, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू लाग्छन् र बीजहरू तेलीय पाक्छन् । यो एक तेलहन बाली हो । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, वातव्याधिनाशक, बलकारक, अस्थिपोषक, श्लेष्महर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, स्मृतिदायक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, ठोक्किएको, मर्किएको, छालाको रोग, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, वातवृद्धि, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, भुटेको बीज आधा-एक मुठी, अर्क ५० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना, खोले १ कचौरा, मालिस गर्ने २-३ पटक ।

### १२९५. कुण्ठील, ठूलो लौको, बृहततुम्बी, **Big Gourd Gaint Bottle Plant**, ***Lagenaria siceraria***
(Family : Cucurbitaceae)



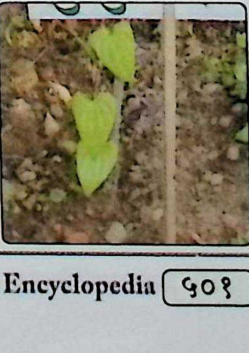
**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लौकीसमान किन्तु ठूलो फलघडाभैँ हुन्छ । १०-२० फिट लामो लहरा, दुवैतिर गएका पात गोलाकार मुलायम, फूल सेतो फुल्ने, ठूलो गाईथुनाकारको सेतो वा हरियो वर्णको बेलनाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, उच्चरक्ताप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, पत्थरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कामला, अपच, गानोगोला, अधिकपित्त, कफ, ज्वर, प्रमेह, पाण्डु, गलगाँड, श्वाससमस्या, विषदोष, शुष्कगर्भको हैरानी, पेटका समस्तरोग, मोटोपन, मधुमेह, मिर्गौलारोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा १०-३० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १२९६. कुकुरकाठ पहेँलो, पीतकुत्ताकाष्ठ, **Yellow Twing Dogwood Plant**, ***Cornus stolonifera***
(Family : Cornaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३- १० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, १०-१५ फिट अग्लो भ्याङ हुन्छ, रेखाहरू भएको पात चेप्टो चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार सेतो वर्णको पाकेपछि भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो र मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, मधुमेह अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त वायुगोला, अर्श, मोटो-भद्दापन, क्षयरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १२९७. कुकुरतरुल, गुनेमाउरो, **Nepal Dog Yam Plant**, ***Dioscorea deltoidea*** (Family : Dioscoreaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ८००-२८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-२० फिट लामो लहरो फैलिन्छ, पात चेप्टो मुटुआकारको चुच्चो, हरेक आँख्लामा एक पात १०-१५ से.मि. लामो र ३-५ से.मि. चौडाको, फूल रोमश हरियो-पहेँलो फुल्ने, डल्लो फलभित्र चिप्लो गेडाहरू, मूलमा लाम्चो ठूलो गाना लाग्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र फल । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो

कोक्याउँछ तर शोधन गरी पकाएपछि मीठो केही टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, कृमिमारक, गर्भनिरोधक, बलवर्द्धक, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिसन्धानक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, व्रणरोपक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकधर्म, चर्मरोग, गर्भ रहने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, हाड-ढाडको रोग, नसा च्यापिने, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, जोर्नीवाथ, रक्ताल्पता, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । गौमूत्र अथवा त्रिफलामा बफाएर सुकाई बनाएको धूलोले पेटका सबै किसिमका कीरा, चुर्ना, मुखको घाउ, प्रदर, सुजाक, दाद, कुष्ठ, सङ्ग्रहणी, आँतको खटिरा, हर्षा, पुरानो कब्ज, कपालका जुम्रा-लिखा हटाउँछ । यसको पुरानो गाना खरानीमा उसिनेर धोई अरू चीजमा मिसाएर खाने चलन छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, उसिनेको र पकाएको कन्द ३०-५० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १२९८. कुब्जक, कुजा अतिकेशर, कब्जहर वृक्ष, Kubjak Plant, Diarrhea Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो काँडावाला र विनाकण्टक मिल्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल नीलोमा सेतो बास्नादार मौरी-भमरा फूल खिल्दा भीड लाग्छ, फल डल्लोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो परपराउने केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पात तीव्रविरेचक-कब्जियतमा उपयोगी, पित्तनाशक, मेदहर, पत्थरीनाशक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, आन्द्रा शुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घोरकब्ज, मोटोपन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, गोटापर्ने, उदरकृमि, कमलपित्त-हेपाटाईटिस, आन्द्राको विकार, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, पित्तज्वर, दम, खोकी, पेट डम्मढुस्स, अर्श, पेट पोल्ने, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । कमजोरी हुनेले फूल खाएर पखाला बन्द पार्नुपर्छ । यसको बीज तेलले जोर्नीवाथ, ठन्डीवायु, अङ्गदर्दमा मालिस गर्दा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, पुष्प लेदो/चूर्णबीज ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. काँढापानी/रस १ माना १-३ पटक ।

### १२९९. कुयली, कुहेँले, सहेली, Kuyalo, Kuyanli Plant

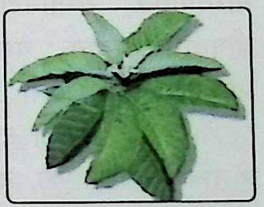
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०- १५ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, तिखो मोटा काँडा, फल गोलाकार पाकेपछि कालो तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गेडाले कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडरोग, रक्तपित्तमा लाभ पार्छ । यसको पातले वायुगोला, मोटो-भद्दापन, क्षयरोग, दम-खोकीमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई १०-२० मि.लि र तेलबीज ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३००. कुट्की मोटो भुत्ले, रोमशकटुकी, Hong Len (Am), *Neopicrorhiza scrophulariiflora***
(Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो हिमालयको उच्चशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०००-६५०० मिटरमा मिल्छ । भुइँबाट पलाउने पातहरू लाम्चो थुर्मीसमान दन्तुर, आधा एक फिट अग्लो बालामा, पुष्पदण्डमा नीलो-सेतो रौं सुइरोमा फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि फल लाम्चो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू, जराहरू काला भुत्लाहरूले जेलिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, कलेजोरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवासङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो-हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, उच्चरक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**१३०१. कुकुरघाँस, कुकुन्दर, कुकुरौँदा, Ngai Camphor Plant, sambongleaf Plant, *Blumea balsamifera***
(Family : Asteraceae)

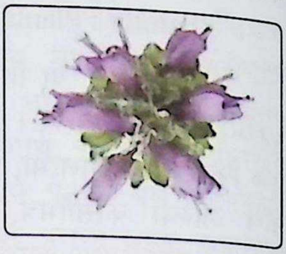


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, बास्नादार सेतो रोमश बिरुवा, यो ३-१० फिट अग्लो, लाम्चो फराकिलो पात, सुनौलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद परपराउने-टर्रो हल्का मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, वातनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक, निद्राजनक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, मन्दाग्नि, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, अर्धकपाली, चिसो-रुघा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-५ र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

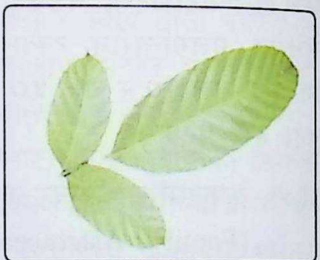
**१३०२. कुट्की नीर, निलिमा कटुकी, Yellow Neopicrorhiza Plant, Hong Len (Am), *Neopicrorhiza scrophulariiflora*** (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो हिमालयको उच्चशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०००-६५०० मिटरमा मिल्छ । भुइँबाट पलाउने पातहरू लाम्चो थुर्मीसमान दन्तुर, आधा एक फिट अग्लो, निलो फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि फल

लाम्चो कोसामा तेलीय बीजहरू, जराहरू भुत्लाहरूले जेलिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, कलेजोरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो-हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-५ मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

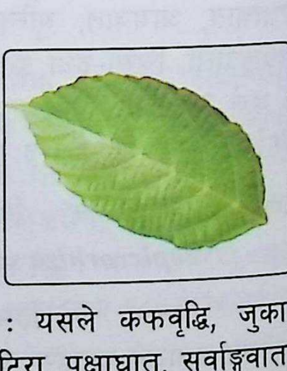


### १३०३. कुकुरजिब्रे, कुकुरजिब्रो, **Bandicoot Berry Small Plant,** ***Leea indica*** (Family : Vitaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो झाडी ५-१० फिट अग्लो, पात आयाताकार रेखाहरू भएका, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद तीतो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, वायुगोला, दम, खोकी, आउँ-पखाला, कलेजो शोथ, समस्त ज्वर, क्षयरोग, मधुमेह, अर्श इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल/अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

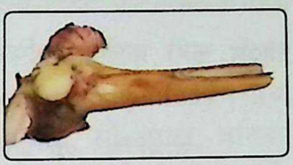
### १३०४. कुकुरजिब्रे ठूलो रूख, बृहत्कुत्ताजिभा, कुकुरजिब्रो, **Bandicoot Berry Big Plant,** ***Leea indica*** (Family : Vitaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो झाडी १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो दुवैतिर गएका, फूल पहेँलो-सेतो फुल्ने, पाकेपछि कालो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद तीतो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, क्षयरोगमा लाभदायक, दर्दहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, सन्तानदायक, पुष्टिकर, बलकारक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात,

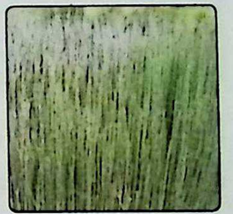
गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, वायुगोला, दम, खोकी, आउँ-पखाला, कलेजो शोथ, समस्त ज्वर, क्षयरोग, मधुमेह, अर्श इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३०५. कुरञ्जन ठूलो, हिमकुलिञ्जन, कुलन्जन, **Hong Dou Kou, Greater Galanga Cardamom Plant,** ***Alpinia galanga*** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उच्चलेकका हिमाली हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, भालाकार पात फराकिलो लामो, फूल हरियो-सेतो फुल्ने, फुलेर मुना निस्कने, गानो सेतो हल्का रातो, सुन्तले रङमा पाक्ने गोलो फलभित्र ३-६ चेप्टा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद फल मीठो-हल्का टर्रो र अन्य भाग कटु-कषाय र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातहर, कफघ्न, अग्निवर्द्धक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वरसुधारक, हृदयगति अवसादक, अर्बुदहर, दर्दहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदबाब घटाउँछ । यसले मन्दाग्नि, चिसो-रुघा, दम, खोकी, फोक्सो अर्बुद, उदरशूल, स्नायुरोग, छींक आउने, तुतलापन, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, जलोदर, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, टन्सिल, ग्यास्ट्रिक-वायुगोला, सम्भोगरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १/१ वटा, बीज १-३ ग्राम, गानो स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ गिलास, कुलिञ्जनाद्यवलेह/तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० र मि.लि., अत्तर १-१० थोपा, भस्म आधा-एक ग्राम, लेपन ३-५ पटक ।

### १३०६. कुरकुरे रौँझैं हिमाली, चस्माझार, कुडकुडे झाड, **Himalayan Hairy Equisetem Plant,** ***Equisetum* sp.** (Family : Equisetaceae)



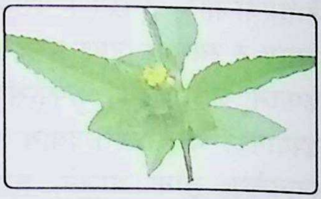
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीका ४०००-६५०० मिटरमा पाइन्छ । यो चौथाई आधा फिट अग्लो, रौँसमान पातलो झिनो हरियो डाँठ भएको सुइरो विनापातका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३०७. कुरकुरे सर्वत्र हुने, आँख्ले, चस्माझार, कुडकुडे झाड, **Puzzlegrass, *Equisetum hyemale*** (Family : Equisetaceae)

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, रौँसमान पातलो झिनो हरियो डाँठ भएको सुइरो विनापातका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक,

कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १३०८. कुरो कालो एकफिटे, सानो कुरो कालो, झारकुरो, **Small Black Jack Plant**, ***Bidens pilosa*** (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो एक फिट अग्लो, साना काला हाँगाहरू, पात चेप्टो दन्तुर, फूल सुनौलो, जरा खैरा, बीजहरू लामो काँडादार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा-पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख जिब्रोका बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरस सुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक।

### १३०९. कुरेनी, कुरौनी, **Kurauni Creeper, Kureni Plant**

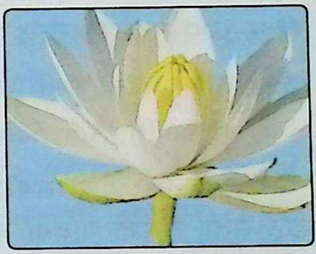
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ठूलो झ्याङ लाग्छ, पात गोलाकार फर्सीसमान, फूल सेतो, फल हरियो रातो हुँदै कालोभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, रक्तस्तम्भक, रेचक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, आन्द्राको सुक्खापन, संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., ताजाफल ३०-५० ग्राम, लेदो ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १३१०. कुखुरे धायरी, पहाडीढएरा, Cockheads Flower, Kukhure Dhayari Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो खस्रो चुच्चो, फूल कुखुराको सिउरझैँ रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र पात । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, कलेजो-फोक्सोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, ज्वर, हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, दम, खोकी, गर्भाशयशोथ, चर्मरोग, जोर्नीवाथ, गानो, रक्तविकार, रक्ताल्पता, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, अनिद्रा, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, आउँ-अतिसार, जलेको पोलेको घाउ, पेट-मुखको अल्सर, चिप्लो दिसा आउने, अर्श, दन्तहर्षा, मधुमेह, सुक्खा दम, मुखका घाउ, गलाको खराबी, कुहिएको घाउ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १३११. कुमुद पहेँलो, पीतकुमुद, अलि, Water Yellow Flower Lily, *Nymphaea pubescens*

(Family : Nymphaeaeceae)



**चिनारी** : यो ३५००-४५०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात गोलाकार, पहेँलो फुल्ने, केशर पहेँलो, जरा पहेँलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो र मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, हृदय/यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, दम-खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुख पाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, ज्वर, मन्दाग्नि, अर्श, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,रस/काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३१२. कुरो तीखे, काङ्ग्रेझार, कटरेकुरो, Niddle Black Herb, Hairy Bidens Plant, *Bidens pilosa*

(Family : Poaceae)

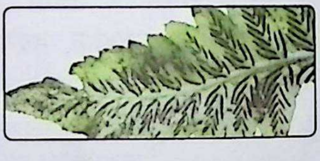
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो-केशर पहेँलो, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीज सियोसमान कालो पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

**१३१३.** **कुरकुरे ठूलो, जोरका तोर, आँख्ले घाँस ठूलो, आख्चिम्का, Joint Vetch Plant, *Equisetum* sp.** (Family : Equisetaceae)

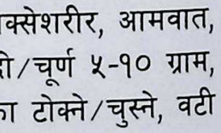
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो र कहिले लहरा बन्ने, हाँगाहरू घोडाको पुच्छरभैँ सुइरोमा हुन्छ । यो हरियो-पहेँलो रङ्गको डाँठविना पातको हुन्छ । भण्टारङमा फुल्ने, कोसाभित्र बीज ७-९ हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, पत्थरीहर, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रुघा, पिनास, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३१४.** **कुथुर्के कालो धर्का हुने, कन्चटी, Silver Lace Fern, Slender Brake Plant, *Diplazium insigne*** (Family : Athyriaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ सेतो, संयुक्त पातमा कालो धर्का हुने, हाँगाबिँगा भएको झपक्क परेको, उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो हल्का बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, पित्तरोग, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्णशूल, अङ्गशोथ आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

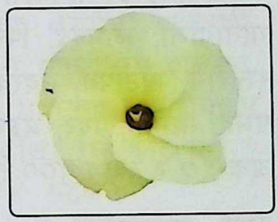
**१३१५.** **कुत्रुम सेतो, वनालु, Aibika White Plant, *Abelmoschus ficulneus*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ७००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, ३-७ फिट अग्लो, तीनभागमा बाँडिएको पात चेप्टो, बास्नादार फूल सेतो फुल्ने, फेदमा रातो दाग भएको, झुसेअण्डाकार पाकेपछि फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो

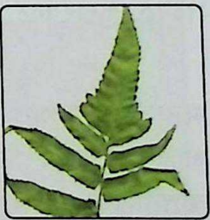
हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, निद्राजनक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तव्यवस्थापक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१०र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३१६. कुत्रुम, वननालु, Aibika Plant, *Abelmoschus manihot* (Family : Malvaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका ७००-१७०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, ३-१० फिट अग्लो, ३-५ फिट फैलिन्छ, पत्रदण्ड रातो, पात पञ्जाकार, बास्नादार फूल सेतो-पहेँलो फुल्ने बीचमा कालो दाग, लाम्चो पाकेपछि फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तव्यवस्थापक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, पुष्टिकर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३१७. कुथुर्के दोहोरलत्ती, कन्चटी, Vegetable Fern, Slender Brake Plant, *Diplazium puberulentum* (Family : Athyriaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, काण्ड सेतो, लाम्चोपात दुवैतिर गएका सेतो वर्णको, हाँगाबिँगा भएको, झपक्क परेको उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो-खैरो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो केही मिठो बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, अङ्गशोथ,

जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ, पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, कर्णशूल, अङ्गशोथ आदि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १/१ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १३१८. कुथुर्के भालाकारपत्ती, कन्चटी, Silver Lace Fern, Slender Brake Plant, *Diplazium cumingii* (Family : Athyriaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० से.मि. अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, हाँगाबिँगा भएको झपक्क परेको उल्टोतिर बीजाणु अँध्यारो, जरा खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो केही बास्ना आउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, कानदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, जोर्नीवाथ, फोक्सेशरीर, आमवात, आउँ-पखाला, प्रमेह, मधुमेह, प्रदर, अङ्गशोथ आदि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १३१९. कुकुरकाँक्री, Dog Cucumber, Kukurkankri Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, सुनौलो फुल्ने, लाम्चो ठूलो, फलभित्र सेता गुदी र तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, कब्ज, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, मिर्गौला सुक्ने, सबै पत्थरी, अम्लपित्त, अपच, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, गानोगोला, अधिकपित्त, ज्वर, प्रदर, पाण्डु, गलगाँड, श्वास समस्या, विषदोष, पेटका समस्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा १०-२० ग्राम, चिरा १-३ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १३२०. कुखुरेकाठ, कुखुरेतिते, Cock's Wood Tree, Kukhure Kath Plant

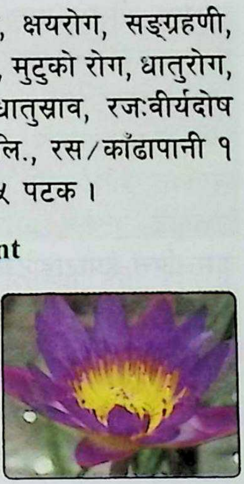
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पतझर, ४०-५० फिट अग्लो, बाटुलो पात, नयाँ मुना कलिलो पात रातो, पहेँलो फुल्ने, फलमा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, कमलपित्त, अमलपित्त, स्मृतिह्रास, मन्दाग्नि,

रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३२१. कुटामारीच्याउ, Kutamari Mushroom

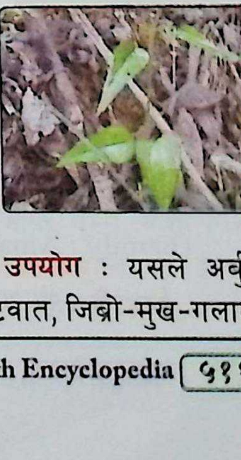
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बाँझ र खस्रुको रूखमा लाग्छ । यो सेतो रङको मिल्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, प्रदर, धातुस्राव, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३२२. कुमुद रातमा फुल्ने, कुमुदसानो सेतो-नीलो, नीलोत्पल, Kumud-Nilotpal Plant



**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरकाठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात गोलाकार, केशर सुनौलो नीलो फुल्ने, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, हृदय/यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, ज्वर, रक्तचाप, अपस्मार, मृगी, श्वासप्रश्वास समस्या, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, रक्तपित्त, रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, हाडरोग, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मुटु दुख्ने, मूत्ररोग, अपच, अरुचि, ज्वर, मन्दाग्नि, अर्श, कब्ज, पेट पोल्ने, रक्ताल्पता, अम्लपित्त, कमलपित्त- हेपाटाइटिस, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १३२३. कुकुरदाहिनुलहरो रातो, लालकुत्ते लता, Small Dog Tail Vine Plant

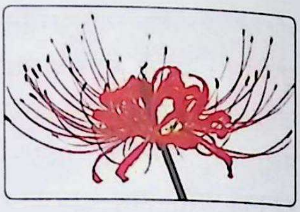


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-२० फिट लामो लहरो, हल्का मसिनु काँडा रातो डाँठ, पातको किनारा काटिएको लाम्चो, प्याजी फुल्छ, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा पहेंला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मीठो केही तितो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका

बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग, मधुमेह, प्रदर, फियोशोथ, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कलेजोरोग, ज्वर, मधुमेह, हैजा, आउँरक्त, अर्श, अपचन, अर्बुद, यौनरोग, रक्तविकार, प्रमेह, प्रदर, धातुस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३२४. कुमुद माकुरी सानो सेतो- नीलो, नीलोत्पल, Red Spider Lily, Magic Red Plant, *Lycoris radiata*

(Family : Amaryllidaceae)



**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, हरियो डाँठ, पात भालाकार लामो साँगुरो, रगते रातो फुल्ने, २० से.मि. गहिरो जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, हृदय/यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, ज्वर, निम्नरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, सुक्खा दम- खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, ज्वर, मन्दाग्नि, अर्श, कब्ज, पेट पोल्ने, रक्ताल्पता, अम्लपित्त, कमलपित्त-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० ग्राम, रस/ काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १३२५. कुसुम काँडा नभएको, एठ्यारा, कुसुम्भ, Gum Lac Tree, lakchhya Plant, *Schleichera oleosa*

(Family : Sapindaceae)

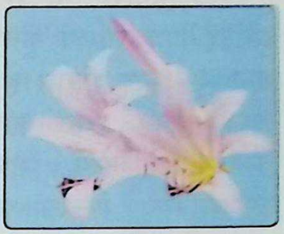
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, किनारा काटिएको चुच्चो, पालुवापात रातो, रातो चोप निक्लन्छ, फूल केशरिया रङ गोलो, चारकोणको बीज सफेद शङ्खको आकृतिसमान गोलाकार फलभित्र पहेँलो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ॠतुधर्मनियामक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३२६. कुमु सेतो-गुलाबी, गुत्पल, Surprise Lily, Naked Lady Plant, *Lycoris squamigera*

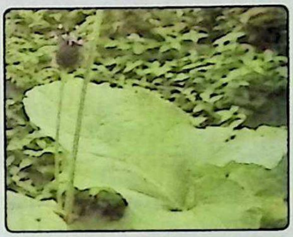
(Family : Amaryllidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ हरियो, पात भालाकार डुँड

परेको लामो साँगुरो, केशर पहेँलो र सेतो-निलो फुल्ने, जरा गहिरो जान्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, उदररोगहर, पत्थरीहर, पीडानाशक, हृदय/यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, पाचक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, ज्वर, निम्नरक्तचाप, अपस्मार, छारे, रुघा, पिनास, घ्राणशक्ति कमजोर, रक्तविकार, सुक्खा दम- खोकी, टन्सिल, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मोटोपन, हृदयको कडापन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालारोग, ज्वर, मन्दाग्नि, अर्श, कब्ज, पेट पोल्ने, रक्ताल्पता, अम्लपित्त, कमलपित्त-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० ग्राम, रस/ काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।



### १३२७. कुठ सानो, क्षुद्रकुष्ठ कुस्थः, **Kuth, Ruta (Am), Costus Small Plant**



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात गोलाकार ठूलो, फूल र जरा पहेँलो बास्नादार, फलमा तेलीय बीजहरू लाग्छन र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, मोटोपन-कोलेस्टोरल इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, काँढापानी/रस १/१ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३२८. कुशग्रन्थि, कुशरुद्राक्ष, ब्रह्मगुल्म, **Kushagranthi Plant, Bramagulma, *Desmostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो सबै जलवायुमा पाइन्छ । १०८ वर्षको यो ब्रह्मगण्ड एकमुखीरुद्राक्षसमान गनिन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात भालाकार धारीदार चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो, फल बालामा तेलीय एक बीज, मूल सेता धेरै हजारौँमा कुनै एकमा ब्रह्मगाँठो मिल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जराको गाँठो । स्वभाव उष्ण स्वाद अति टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, चर्मरोगहर, फोक्सोशोथ हितकारी, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, क्षय, गानो, पक्षाघात, आउँपखाला, हैजाको महामारी, सुजाक, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको तन्त्रशास्त्रअनुसार प्रयोग हुन्छ । **मात्रा :** लेदो/धूलो आधा-एक ग्राम १-३ पटक ।

**१३२९. कुखुरोशिर फूल, कुखुरटाउके झार, कुखुरेझार, Kukhuro Jhar, Redcock Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा पाइन्छ । यो असारमा उम्रन्छ, आधा फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका लाम्चा, फूल कुखुराको टाउकोझैँ रातो, जरामा साना गाँठाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, कलेजोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, कलेजो सुक्ने (सोरासिस), गल-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, हैजा, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो-हेपाटाइटिस, छालाका रोग, उच्चरक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद, ज्वर, डण्डिफोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१३३०. कुरकुरे लामे कालो, आँख्लेझार, आख्चिम्का, लम्बेतान कुड्कुडोझाड, Longrope Equisetum, *Equisetum ramosissimum* (Family : Equisetaceae)**

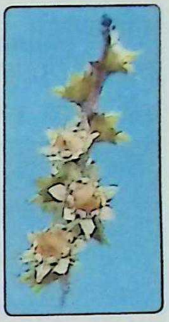
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो अन्य वनस्पतिमा जेलिने लहरो, रौँसमान पातलो झिनो काली डाँठ भएको डोरीसमान विनापातका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो खल्लो केही टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर, चर्मरोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, गाँठा-गिर्खा, खिल पल्टने, शरीरमा कडापन आउने, काँडा बिझेको, पुरानो गाँठो, सडेको पिड्को, बिग्रेको डन्डीफोर र पिसाब पोल्ने र थोपाथोपा मुत्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, पित्तज्वर, पेट पोल्ने, सुजाक इत्यादि रोगमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., साग ३० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३३१. कुथुर्के, पहाडी पुड्केनिहुरो, कुथुक्क, Smallest Fern Plant, *Diplazium multi caudatum* (Family : Athyriaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो निउरो प्रजाति उपथरको अति मानवोपयोगी वनस्पति हो । यो १-२ फिट अग्लो, पात संयुक्त डालीमा दुवैतिर पालैपालो गएका, खैरा जरा, पातको पछाडितिर दागहरू नदेखिने अदृश्य बीजाणु हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक, वातहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले टाउको दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, कान दर्द, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, गाँठा- गिर्खा, उदररोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, फोक्से शरीर, आमवात, आउँ, प्रदर आदि सन्चो गर्छ । यसको छिप्पिएको बीजाणुले दुखाइमा सन्चो

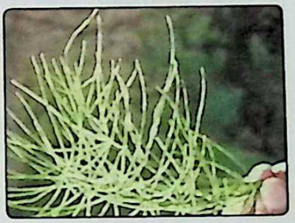
गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने, वटी २-३ वटा, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १३३२. कुफ्यबोट, कुप्रे, Nepali Homalium Plant, *Homalium napaulense* (Family : Salicaceae)



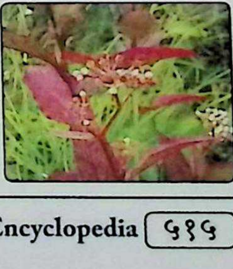
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, लाम्चो-चेप्टो चुच्चो पात, हरियो पहेँलो फुल्ने, फलमा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद परपराउने-टर्रो हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, वातनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, वातपुष्टिकर, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, स्तनमा दूधको कमी, स्मृतिह्रास, मन्दाग्नि, बाँझोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, अर्धकपाली, चिसो-रुघा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १३३३. कुरकुरे एकसुते, वनिहाँगे आँख्लेझार, आख्चिम्का, कुड्कुडोझाड, Longrope Equisetum, *Equisetum ramosissimum* (Family : Equisetaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, विनापात रौँसमान पातलो झिनो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो खल्लो केही टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, केशरक्षक, मूत्रल, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मेदहर, चर्मरोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, गाँठा-गिर्खा, खिल पल्टने, शरीरमा कडापन आउने, काँडा बिझेको, पुरानो गाँठो, सडेको पिड्को, बिग्रेको डन्डीफोर र पिसाब पोल्ने र थोपाथोपा मुत्ने, पत्थरी, अम्लपित्त, पित्तज्वर, पेट पोल्ने, सुजाक इत्यादि रोगमा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो १-५ ग्राम ३-५ पटक।

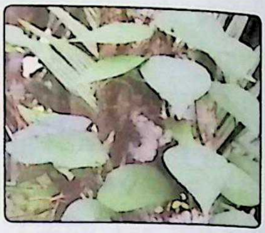
### १३३४. कुकुर ठोट्ने, Smart Weed Knot Plant, *Persicaria chinensis* (Family : Polygonaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १२००-३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, भदौतिर सेतो फुल्ने, फल गेडा रातो-कालोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव पात र डाँठ शीतल, फल उष्ण स्वाद पात र डाँड अमिलो, बीज मीठो टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर,

स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, हैजा, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, दाद, दुबी, दादुरा इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक।

**१३३५. कुभिण्डो पीरो, कटुकुष्माण्ड, गिदाडु खबुक्का, राजपथा, Mini Wax Gourd Plant, Peper Gourd Creeper, *Stephania glabra* (Family : Menispermaceae)**



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरा, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फल रातोभित्र तेलीय बीजहरू काला, जरा जाँतो खप्टिएकोझैं ठूलो हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, रेचक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, कामोत्तेजक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो पशु-चिकित्सामा औषधि बनाउने प्रचलन छ। रस-रसायनका साधकहरूले पारालाई मुर्च्छन-मारणहेतु अनुसन्धानमा लैजान्छन्। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., फल १०-३० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

**१३३६. कुरिलो गाँठे पोथी, खोन्टा, गाँठा भएको शतावरी, Female Asparagus, Kurilo Pothi Plant**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २७०० मिटरसम्ममा खेती गर्न सकिन्छ। यो ५-८ पिएचमान भएको दोमट माटोमा जरा/बीज/बेर्ना रोपण गर्दा राम्रो उत्पादन हुन्छ। यो बहुवर्षीय बाली मेहनतका साथ गोडमेल-मलजल गर्दा धेरै वर्षसम्म टुसा नयाँ मुना निक्लिरहन्छ। यो बाह्रमासे गुनिलो गाईको दूधसमान गनिन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात संयुक्त मसिना फिरिरर परेका, फूल हरियो पहेँलो, गोलाकार पाकेपछि काला फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा १०-२० किलो लाम्चा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, मुना, बीज र पात। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, सन्तानदायक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, रसायन मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचन प्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-

गोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, स्तनक्यान्सर, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्वलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, मुना २-५ वटा पकाएको खोले-रस १ गिलास ३-५ पटक।

### १३३७. कुरिलो रातो मुना, लालसटावर, रक्तशतावरी, **Redwild Asparagus, Pine Drops Plant,** *Pterospora andromedea* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सल्लोवनमा मिल्छ। यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ गुलाबी वा रातो, पात संयुक्त मसिना फिरिरर परेका, घण्टे फूल सेतो-पहेँलो, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा लाम्चा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, मुना र बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, सन्तानदायक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, रसायन मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडरोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअनियमतता, नमोटाउने, दुब्लो, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, मुना २-५ वटा, पकाएको खोले-रस १ गिलास ३-५ पटक।

### १३३८. कुसुम काँढा भएको, काँडाकुसुम, एठ्यारा, **Thorny Gum Lactree, Lactree,** ***Carthamus tinctorius*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ५०-१०० फिट अग्लो, पात लाम्चो, किनारा काटिएको चुच्चो, हाँगामा काँडा हुन्छन्, पालुवा पात रातो, रातो चोप निक्लन्छ, फूल केशरिया रङ गोलो, चारकुनेको बीज सफेद शङ्खको आकृतिसमान गोलाकार फलभित्र पहेँलो गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो र मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १३३९. कुठ सानो भाले पहेँलो, पीतक्षुद्रकुष्ठम्, पीतकुष्ठबुटी, Kuth Yellow, Custam Plant

**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीको ४०००-५००० मिटरमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, पात गोलाकार सानो, फूल र जरा पहेँलो बास्नादार, फल तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा र फूल। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, छालाका रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, रक्तविकार, दाद, दुवी, कुष्ठ, लुतो, खटिरा, दादुरा, डन्डीफोर, मधुमेह, पित्तज्वर, अम्लपित्त, आन्द्राको घाउ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, काँढापानी/रस १/१ गिलास, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १३४०. कुकुरमुता रातो, अमिलोकाँडे अमिली लहरो, Kukurmuta, Dog Urine Vine Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-१०० फिट लामो भ्याङ्ग, रातो काँणे डाँठ, चेप्टो फराकिलो पात, फूल सेतो-रातो वा-प्याजी फुल्ने, गेडा गोलो हरियो पाकेपछि निलो फलभित्र तेलीय एक बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव पात र डाँठ शीतल, फल उष्ण स्वाद पात र डाँड अमिलो, बीज मीठो टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियासक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, मूत्ररोग, गानोगोला, तनाव, पत्थरी, हैजा, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, दाद, दुवी, दादुरा, आँखारोग, डाहा-जलन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, अम्लताको कमी, प्रदर, सुजाक, अपच, अरुचि, हैजा, पिसाब नहुने, र्‍याल रस नआउने इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक।

### १३४१. कुटमिरो कालो, कृष्णकुट्मेरो, सिग्रान, Meda Black Tree, Ondon laukya, *Litsea monopetala* (Family : Lauraceae)

**चिनारी :** यो तराईदेखि २००० मिटरको उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पहाडी बलौटे माटोमा राम्रोसँग बढ्छ। यो सदा हराभरा रहने डालेघाँस ४०-६० फिट अग्लो, हाँगा-काण्डमा बोक्रा कालो, पात चेप्टो ठूलो वा आयाताकार, वैशाख-जेठमा गुच्छामा स-साना हरिया पहेँला फूल, फल कालो मांसलभित्र गोला बीयाँ, भदौ-असोजमा पाक्छ। यो बूढोबोटमा चोप मिठो निक्लन्छ

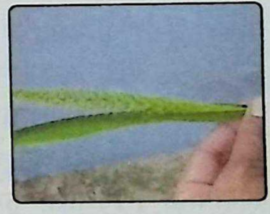
र कमिला/कीरा धेरै लाग्छन्। यसको स्वाद टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, बीज, चोप र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, वातहर, मेदहर, अर्बुदहर, स्तम्भक, पीडाहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, उदरशूल, क्षय, अर्बुद, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तविकार, सन्धिशोथ, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तदोष, रक्तस्राव, हैजा, अङ्गदर्द, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप/सत्वसार १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज ५-१० वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### १३४२.कुरो तीखे सदाबहार, सदा कुरो, **Niddle HerbAnytime, Hairy Bidens, *Bidens* sp.** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सदा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल पहेँलो, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीज सियोसमान कालो पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक।

### १३४३. कुतिबन्सो, व्रशराम, मीठो मोटाउने बन्सो, **Kuti Banso Plant, Sweet Fattygrass**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदावहार, रहने ३-५ फिट अग्लो, पात लामा धारिलो भालाकार भएको, फूल हरियो पहेँलो, बालामा धेरै भुस हुने सेता तेलीय बीजहरू, जरा सेता-लाम्चो हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, मुना र बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ।



**गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, स्तनक्यान्सर, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, नमोटाउने, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यो पशुहरू मोटाउने घाँस भनिन्छ। बीजसहितको भुसले कब्ज खलास गर्छ, आन्द्रा शुद्धपार्छ, आन्द्रामा रहेको विकार निकाल्छ। यसको जरा, डाँठ र पात गुलियो हन्छ। यसको चिनी निक्लन्छ। यो घाँसलाई सुकाएर परालझैँ ख्वाउन र कागज इत्यादि बनाउन सकिन्छ। यसको जरा चुस्नाले विशेष लाभ मिल्छ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, मुना २-५ वटा ३-५ पटक।

**१३४४. कुकुरमुता सेतो, सफेद अमिलीलता, White Kukurmuta Plant, Dog Urine White Vine**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-१०० फिट लामो भ्याङ्ग, सेतो काँणे डाँठ, त्रिकोणाकार पात, फूल सेतो फुल्ने, फल गेडा गोलो हरियो पाकेपछि निलोभित्र तेलीय एक बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव पात र डाँठ शीतल, फल उष्ण स्वाद पात र डाँठ अमिलो, बीज मीठो र टर्रो लाग्छ र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, रक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, मूत्ररोग, गानोगोला, तनाव, पत्थरी, हैजा, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, दाद, दुबी, दादुरा, आँखारोग, डाहा-जलन, अर्बुद, अम्लताको कमी, प्रदर, सुजाक, अपच, अरुचि, हैजा, पिसाब नहुने, र्‍याल रस नआउने इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

**१३४५. कुकुरजिब्रे-काँडेपात, केइचे (Am), Thorny Dog Tongue Leaf Plant, *Gentiana straminea***
(Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३२००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, फेदबाटै निक्लेका पात भालाकार मांसल २० से.मि.लामो कुकुरको जिब्रोसमान, असोजमा सेतो/रातो/कलेजी फूल फुल्छ, फूलको भित्रतिर सुकेपछि बीजहरू मिहिन धूलो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, स्तनक्यान्सर, रक्तार्बुद, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१३४६. कुटमिरो, कट्मारा, सिग्रान, Meda Tree, Kutmero Tree, laukya Plant, *Litsea monopetala***
(Family : Lauraceae)

**चिनारी** : यो तराईदेखि १८०० मिटरका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बलौटे माटोमा राम्रोसँग बढ्छ । यो सदा हराभरा रहने डालेघाँस ४०-६० फिट अग्लो, हाँगा-काण्डमा बोक्रा खैरो-फुस्रो, पात लाम्चो, वैशाख-जेठमा गुच्छामा स-साना सेता-पहेँलो फूल, कालो मांसल फलभित्र गोला बियाँ, भदौ-असोजमा पाक्छ । यसको स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, बीज,

चोप र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, वातहर, मेदहर, अर्बुदहर, स्तम्भक, पीडाहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तदोष, रक्तस्राव, हैजा, अङ्गदर्द, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज ५-१० वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

१३४७. कुमकुमकस्तुरी खैरो गर्मीको, पत्थरकुमकुम, शैलेय, शीलापुष्प, भूरिछरिला, **Tropical Grey Stone Flower, *Didymocarpus* sp.** (Family : Gesneriaceae)

**चिनारी** : यो १५०० मिटरका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो चिस्यान चट्टानमा असार-साउनमा उम्रन्छ र असोज-कार्तिकमा वनस्पति सुक्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, गोलाकार पात मांसल नरम पुष्पदण्ड उचो रगतसमान रातो मुगाजस्तै फुल्ने, गुटुमुटु परेको पातमा उल्टोतिर सेतो र सुल्टोतर्फ पहेँलो भएर सुक्छ, पुष्प छिप्पिएपछि कोसा लाग्छन् र भित्र तेलीयबीजहरू, जरा अति सुगन्धदायक हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने कटु केही कषाय हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फूल, पात र बीज । सुकेपछि जरा गेरु वा रातो वर्णको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति बास्नादार, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, असाध्यरोग नियन्त्रक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठागुँठी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, क्षयरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, मूत्रविकार, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कफग्रस्त दम, खोकी, क्षयरोग, पिनास, चिसो-रुघा, एलर्जीक समस्या, मनसरोग, सबै प्रकारका वात भएभरका समस्या, तनाव, दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण चौथाइ-आधा ग्राम, स्वरस/अर्क २-५ र अर्कसुई २-१० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ मासजति २-३ पटक ।

१३४८. कुटमिरो सेतो, सफेदकट्मारा, सिग्रान, **White Meda Tree, *Didymocarpus* sp.** (Family : Gesneriaceae)

**चिनारी** : यो तराईदेखि २२०० मिटरका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो बलौटे माटोमा राम्रोसँग बढ्छ। यो सदा हराभरा रहने डालेघाँस, ४०-६० फिट अग्लो, हाँगा-काण्डमा बोक्रा सेतो, पात चेप्टो केही लाम्चो, वैशाख-जेठमा गुच्छामा स-साना सेता फूल, फल कालो मांसलभित्र गोलो बियाँ, भदौ-असोजमा पाक्छ । यसको स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, बीज, चोप र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, वातहर, मेदहर, अर्बुदहर, स्तम्भक, पीडाहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तविकार, सन्धिशोथ, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तदोष, रक्तस्राव, हैजा, अङ्गदर्द, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज ५-१० वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

१३४९. कुमकुम धूपसानो, नानकुंकुमकस्तुरी, शिलाधूप, पत्थरफोडी, **Small Stone Scent Flower, *Didymocarpus salbicalyx*** (Family : Gesneriaceae)

**चिनारी** : यो ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो वर्षादमा पानी-झरीवर्षा हुन थालेपछि वैशाख-

साउनमा चट्टानमा उम्रन्छ। प्राय: चिस्यान पत्थरिलो-ढुङ्गामा पाइन्छ। यो १५-२० से.मि. अग्लो, चेप्टो गोलाकार पात रातो डाँठ-मसिना दन्तुर किनारामा सेतो/रातो थुङ्गामा फुल्छ, कोसाभित्र तेलीयबीज आलससमान दाना तर साना, जरा गेरुसमान ढुङ्गामा गुडुल्किएको, पात झर्छ बुटी सुक्छ, तब जरामात्र रहन्छ। पानी पर्न छाडेपछि चट्टान सुक्न थालेपछि यो चाउरिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, पीडाहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कफवृद्धि, फोक्सोशोथ, कुष्ठ, दुबी, दाद, पत्थरी, श्वासरोग, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, गृध्रसी, धनुर्वात, कटिवात, ढाड-कम्मर दर्द, चिसो/तातो र धूलो/धुवा खप्न-सहन नसक्ने, क्षयरोग, यौनरोग, विषप्रभाव, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १ ग्राम, क्वाथ ३० र अर्क १० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-२ वटा मासजत्रो, लेदो/चूर्ण चौथाइ-आधा ग्राम, खोटो/भस्म १-२ मास जति २-३ पटक ।

### १३५०. कुमुद नीलो थोरै र सेतो धेरै फुल्ने सानु कमल, उत्पल, रात्रीपुष्प, शीतलज, उफोस्वाँ, Blue and White Water Lily, *Nymphaea* sp. (Family : Nymphaeaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पानीमा हुने वनस्पति हो । यसको जरा गोलो-सानो, पात भेट्नु भएको अण्डाकार दन्तुर, पुष्पदण्डमा नीलो थोरै र सेतो भाग धेरै भएको फुल्ने बीचमा पहेँलो केशर, पुष्प छिप्पिएपछि गोलो बीज सानो काच्चोमा पाकेपछि कालोभित्र दाना सेतो हुन्छ, रातभरि फुल्छ, बास्ना छर्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अतिश्रमहर, अर्बुदहर, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, निद्राकर, पित्तघ्न, पत्थरीहर, रक्तजविकारहर, व्रणरोपक, बलकारक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तज अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, मिर्गौला र मुटुको सुक्खाराम, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, अनिद्रा, तनाव, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, शिरमण्डलको गर्मी, अम्लपित्त, कमलपित्त, बिग्रेको कलेजोरोग, रक्तरोग, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, केशर आधा-एक ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, बीज दाना २-५ वटा, मह ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १३५१. कुमुद सेतो फुल्ने, काई, कमोद, धवलोत्पल, कल्हार, White Water Lily, *Nymphaea alba* (Family : Nymphaeaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो जलीयक्षुप बहुवर्षायु, पात हृदयाकार जलमाथि तैरिएका हुन्छन्, पत्रनाल ५-७ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने पहेँलो केशर कोसामा फल रातो गोलो पाकेपछि कालोभित्र सेतो दाना, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, विषघ्न, उदररोग र रक्तविकारमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक, पित्तज, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तजविकार, उन्माद-पागलपन, जलन,

आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, स्मृतिह्रास, मृगी-छारे, तनाव, पेट पोल्ने-उदरशूल, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तजज्वर, रक्तपित्त, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ वटा, फूल/पात १-२ वटा, मह ५-१० थोपा, केशर आधा-एक ग्राम, खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३५२. कुमुदिनी बास्नादार, सानु नीलीकुमुद, नीलोत्पल, सौगन्धिक, Small Blue Water Lily, *Nymphaea* sp.**
(Family : Nymphaeaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो जलमा हुने बहुवर्षायु बिरुवा, पात वृत्ताकार, दन्तुर रौंयुक्त, पुष्प थुङ्गामा हल्का नीलो अरुण वर्णको, कोसामा गोलाकार फलभित्र कालो दानाभित्र तेलीयबीज हुन्छन्, जरा सेता पानीभित्रै फैलिन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, गर्भस्थापक, पित्तनाशक, पित्तज्वरनिवारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, बुद्धिवर्द्धक, तनावहर, बलवीर्यकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, स्मृतिह्रास, कामला, रक्तपित्त, पित्तज्वर, रक्तस्राव, हैजा, प्रदर, मासिकअधर्म, धातुस्राव, शीघ्रवीर्यस्खलन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, तनाव, गतिशील अङ्गको सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : **अत्तर ५ थोपा**, स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण २०-३० चूर्ण/खोटो ५-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, वटी २-३ वटा, पात/फूल काँढापानी १ माना, जरा १-३ टुक्रा ३-५ पटक।

**१३५३. कुमुदिनी रातो पाते, हिमाली रक्तकुमुद, उत्पलिनी, कुमद्रूती, Pygmy Water Lily Plant, *Nymphaea* sp.**
(Family : Nymphaeaceae)

**चिनारी** : यो २०००-५५०० मिटरको ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो क्षुप जलमा हुन्छ, लामो पत्रदण्डमा हृदयाकार २-३ से.मि. लामा पात, पुष्पदण्ड अग्लोमा रातो फुल्ने सुगन्धदायक, पुष्प छिप्पिएपछि फल कोसामा गोला राता बीज पाकेपछि कालाभित्र सेतो दाना, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तजअर्बुदहर, व्रणरोपक, पित्तघ्न, पत्थरीहर, गर्भपोषक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्म नियामक, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, तनावहर, पित्तजज्वरनिवारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, पित्तजअर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तविकार, रजःवीर्यदोष, स्त्रीरोग, गर्भस्राव, रक्तस्राव, हैजा, पिसाब नहुने-नखुल्ने, धातुरोग, रगतको कमी, मन्दाग्नि, पैतला जलन, हात-खुट्टा पोल्ने, तनाव, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ वटा, फूल/पात १-२ वटा, खोटो २-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, केशर १-२ ग्राम, जरा १-२ वटा टुक्रा ३-५ पटक ।

**१३५४. कुभिन्डो, श्वेतकुष्माण्ड, भुइँफर्सी, भुरकोंहरा, सोमकामृता, भुयूफर्सी, White Pumpkin Plant, Ashground, *Benincasa hispida*** (Family : Cucurbitaceae)

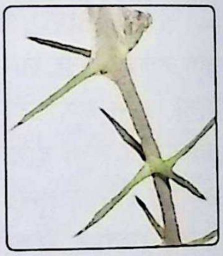
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वर्षायु लता, गोलो डाँठ, दन्तुर पात गोलाकार वा पञ्जाकार किनारा मसिना धार भएको, त्यान्द्राहरू, सुनौला १/१ फूल, गोलो/लाम्चो सेतो रङको फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल र

स्वाद खल्लो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तविकारनाशक, वस्तिशोधक, हृदयहितकारी, अश्मरी-पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिदायक, सन्तापहर, पारद विष प्रतिरोधक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, शिरमण्डलका रोग र उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्राघात, प्रमेह, पत्थरी, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, रक्तपित्त, बिग्रेको जीर्ण कमलपित्त, मृगी, मन्दाग्नि, अपस्मार, अर्श, आन्द्रा सुकेनाश, पागलपन, मधुमेह, धातुक्षय, रक्तदोष, रक्तस्राव, गर्मीपित्तज्वर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकेको फल स्वरस/लेदो/टुक्रा १०-२० ग्राम, बीज चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., कुष्माण्डपाक ३०-५० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३५५. कुकुरउत्ता, आनन्दकन्द, खस्रुपत्ते ट्रफल, Winter Truffle Plant

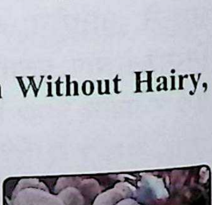
**चिनारी** : यो फ्रान्स, इटली-स्पेनतिर पाइन्छ । यसको खेती समशीतोष्ण हावापानीमा राम्रो हुन्छ । यो सानो रूख हो । यसको पात खस्रुसमान हुन्छ, हाँगाहरू ढीलो बढ्ने, वृद्धिक्रम बिस्तारै हुन्छ । यो ठन्डाऋतुमा उत्पादन हुन्छ । यसलाई वनवनेल वा कुकुरले गन्धद्वारा थाहा पाएर खन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातहर, पीडाहर, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, बलकारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, घाउ-खटिरा, कुपोषण, स्मृतिह्रास, हाडको रोग, रजःवीर्यदोष, ढाड-कम्मर दर्द, लडेको/ठोक्किएको, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १३५६. कुण्डली काँडो, जटाधारी, कन्तगुरुकमै, Azima Needle Bush, *Azima tetracantha* (Family : Salvadoraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, काँडादार झाडी, चेप्टो पात गाढा हरियो, सेतो फुल्ने, सेतो गोलाकार फल, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो सदा हराभरा रहने काँडो भएको बिरुवा हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात, फूल, फल र बोक्रा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का तितो अनि फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको पात उत्तेजक, विरेचक, सङ्कोचक, रक्तस्राव निरोधक, अर्शोघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ । यसको फल मीठो, रजःवीर्यजनक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : पञ्चाङ्गले ज्वर, घाउ-खटिरा, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, रक्तातिसार, प्रसवपछि पाठेघर संकुचन भएको, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, अर्श, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १-२ फल, १-३ पात, १-३ ग्राम फूल, पञ्चाङ्ग स्वरस/लेदो/खोटो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० मि.लि., वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक ।

### १३५७. कुभिन्डो चिल्ले वा झुस छैन, भोंरु, श्वेतकुष्माण्ड, धुसुरा, भुइँफर्सी, Pumpkin Without Hairy, *Benincasa* sp. (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विनाझुसे, वर्षायुलता, गोलो डाँठ, पात गोलाकार किनारा मसिना धार भएको, त्यान्द्राहरू रहेको, सुनौला १/१ फूल, फल गोलो/लाम्चो सेतो रङको भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तविकारनाशक, वस्तिशोधक, हृदयहितकारी, अश्मरी-पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिदायक, सन्तापहर, पारद विष प्रतिरोधक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक,

शिरमण्डलका रोग र उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्राघात, प्रमेह, पत्थरी, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, रक्तपित्त, बिग्रेको जीर्ण कमलपित्त, मृगी, मन्दाग्नि, अपस्मार, अर्श, आन्द्रा सुकेनाश, पागलपन, मधुमेह, धातुक्षय, रक्तदोष, रक्तस्राव, गर्मीपित्तज्वर, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकेको फल स्वरस/लेदो/टुक्रा १०-२० ग्राम, बीज चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., कुष्माण्डपाक ३०-५० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३५८. कुकुरउत्ता कालो, आनन्द कन्द, उत्तिसपाते ट्रफल, **Black Truffle Plant**, ***Tuber melanosporum*** (Family : Tuberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा खेती गर्न सकिन्छ । यो कालो चिस्यान माटोमा मिल्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो, भुत्तोमा फल्ने, जराहरूमा कन्द कालो चेप्टो-गोलो-लाम्चो विभिन्न नापका गानाहरू निक्लन्छन् । कसैले यस्ता गानाहरूलाई च्याउजन्य ढुसी भन्छन् । यसलाई रूखको वरिपरि वनेलु/कुकुर/वनसुँगुरलाई सुँघ्न लगाएर खनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद अति मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, सप्तधातुरक्षक, पुनर्यौवनदायक, आयुर्वर्द्धक, हाडको रोगमा उपयोगी, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाड-मेरुदण्डको दर्द, बुढचौली रोग, मूत्रकृच्छ्र, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, धातु पातलोमा धातुस्राव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३५९. कुकुरउत्ता ढुसी, आनन्दकन्द, भोजपत्रपत्ते ढुसी ट्रफल, **Fungus Truffle Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सानो रूख, हाँगाहरू, पात भोजपत्र समान, सेतो फुल्ने, झुप्पोमा फल्ने, जराको वरिपरि काला च्याउझैं ढुसीहरू उत्पन्न हुने हुन्छ । धेरै पुराना-बुढा रूख भएपछि रूखको चारैतिर कन्दहरू जतासुकै प्रशस्तै निस्कन्छन् । यसका कन्द बनेल लगाएर खन्नुपर्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र कन्द । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, मेदमज्जाकारक, पुष्टिकर, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, तृप्तिदायक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, जोर्नीवाथ, बुढचौली रोग, मूत्रकृच्छ्र, आमवात, कुपोषण, सन्धिशोथ, रगतको कमी, रक्तरोग, यौनक्षमतामा कमी, अङ्गदर्द, लुलो-लङ्गडो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/कन्द १-३ वटा, स्वरस/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १३६०. कुन्दपुष्पलता, वेलीपुष्प, महामोद, दफास्वाँ, **Jasmine Plant**, ***Jasminum multiflorum*** (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो तराई-मधेसदेखि ३५०० मिटरसम्मका उच्चलेकमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट लामो भ्याङ, गाढा हरियो पात भालाआकार, सेतो फूल जाडो मौसममा ढकमक्क फुल्ने बास्नादार, कोसामा भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पुष्प, पत्र, बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मधुर-कषाय-कटु हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्नि-उद्दीपक, वामक, व्रणरोपण, विषघ्न, पित्तनाशक, कफघ्न, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफपित्तविकार, विषप्रभाव, शिरोरोग, पित्तवृद्धि, अर्बुद, रक्तदोष, मुटुरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्श, ज्वर, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पात १, फूल १, फल ५-७ वटा, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास र अर्क २० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १३६१. कुरिलो खाने कालो, कोनेको, कानेको शतावरी कालो, Black Stem Eating Asparagus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा राम्रो खेती हुन्छ । यसको हरियो-कालो बोट २-३ फिट अग्लो, कालो डाँठ र जरा, फिँजारिएका मसिना पात, कलिलो मुना निक्लने, फूल सेतो-हरियो, गोलो गेडाभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : कलिलो तामो-मुना । यसको सबै भाग उपयोगमा ल्याइन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, ऋतुस्रावनियामक, हृदयहितकारी, पत्थरीहर, अग्निकारक, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, पित्तरोग, दुब्लो-पातलो, शरीर सुकेर जाने, मिर्गौला र मुटु शिथिल रहने, पिसाब खलास नहुने, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रससहितको तरकारी ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १/१ मुना, गेडा २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ५० मि.लि., जरा चुसिरहने ३-५ पटक ।

### १३६२. कुरिलो खाने पहेँलो, तोकितोप, Yellow Stem Eating Asparagus Plant, Tokito shokubustu

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको खेती गरी उत्पादन बढाउने र तरकारी/सुप बनाएर खाने प्रचलन छ । यो २-३ फिट अग्लो, डाँठ र जरा पहेँलो, हरियो, पहेँलो-हरियो फुल्ने, पाकेपछि रातो गोलो गेडा लाग्छ । यसको **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : कलिलो मुना नै हो । जरा, गेडा, डाँठ र पातले उपचार गरिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, शीतल, मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, बृक्करक्षक, स्तनवृद्धिकारक, रक्तशोधक, अग्निकारक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, स्तनमा दूधको कमी, शारीरिक कमजोरी, शरीर सुक्ने-दुब्लाउँदै जाने, स्तनमा दूध नभएको, मन्दाग्नि, सुक्खा आमाशय, मिर्गौला र मुटु सुक्दै गएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रससहितको तरकारी सुप ३०-१०० ग्राम, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० ग्राम, १ मुना, डाँठ-जराका टुक्रा २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १३६३. कुरिलो खाने, ताकी, Toki, Asparagus Plant, Asuparag asupuranto

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको मुना खानका लागि खेती गरिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, सेतो-हरियो फुल्ने, गोलो गेडा हरियो पाकेपछि पहेँलो हुँदै रातो भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कलिलो मुना, पात, डाँठ, फूल र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, स्वादिष्ठ, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, दुग्धवर्द्धक, अग्निकारक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तजवर, स्तनमा दूधको कमी, पत्थरी, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, मुख सुक्ने, मिर्गौला सुक्दै जाने, दुब्लो, कुपोषण, रजोविर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ५० ग्राम, १ मुना, १ डाँठ, पकाएको रस तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३६४. कुरिलो ठूलो-लामो, शतावर पुरुष, पुरुषशतावर, Big–Long Asparagus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, ठूलो-मोटो मुना निक्लने, हरियो-सेतो फुल्ने रातो गेडाभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो दुग्धवर्द्धक, रसिलो, मूत्रल, रक्तदायक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तकारक, पित्तज्वर निवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, स्तनमा दूध नआउने, शरीर सुकेर जाने, दुब्लो-पातलो, वल नभएको शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, कुपोषण, रक्ताल्पता, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, हाडरोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, नसारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रससहित मुनाको झोल ५०-१०० ग्राम, १/१ मुना, २-३ जरा, १ माना काँढापानी, अर्क/तेल १०-५० मि.लि.३-५ पटक ।

१३६५. कुठ तीतो ठूलो, तिक्तकुष्ठम्, **Bitter Costus Root, Ruta (Am), Saussurea (appa) Plant**

**चिनारी** : यो हिमालय क्षेत्रमा २०००-५००० मिटरसम्मका हरेक माटोमा पाइन्छ । यो ३-१५ फिट अग्लो, दृढ बिरुवा, पात ३-४ फिट लामा-फराकिला त्रिकोणाकार, पहेँलो फुल्ने, फल हुन्छ । यसको जरा औषधीय प्रयोजनमा आउँछ । स्वाद तीतो हुन्छ र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीनाशक, पित्तघटाउ, रक्तविकारहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, मूत्रल, विजातीयद्रव्यनाशक, कलेजो सुधारक, रक्तचापमापक, एच.आइ.भी./एड्समा उपयोगी, मेदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, सुक्खा दम-खोकी, पित्त-पत्थरी, यौनजन्य रोग, अर्बुद, अम्लपित्त, कमलपित्त, हेपाटाइटिसहरू, थाइराइड, रोग, हृदयरोग, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तपित्त, सङ्ग्रहणी, कपाल झर्ने, खुइलिने, पित्तज्वर, त्रिदोषज विकार आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम चूर्ण, १ गिलास काँढापानी, २/२ वटा वटी, अत्तर ३ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि. २-३ पटक ।

१३६६. कुर्जे विष, पातीविष, **Kusthi Plant**

**चिनारी** : यो प्रायः २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, तितेपातीझैँ हरियो फुल्ने, मसिना तेलीयबीजहरू, छिप्पिए पछि च्यापच्याप चोप लाग्छ । स्वाद : परपराउने-तीतो (कटुतिक्त) । स्वभाव : उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, वातव्याधिनाशक, शोथघ्न, चर्मरोगहर, पीडानाशक-वेदनाशामक, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, कुष्ठघ्न मानिन्छ । लेपन-कार्यका लागि र मालिस तेलमा डढाएर पकाउँदा शुद्ध गर्नु पर्दैन किन्तु खाने कामका लागि शोधन अनिवार्य छ । विषलाई अमृत बनाउँदा गौमूत्रमा बफाउनुपर्छ र घाम-तापमा सुकाउनुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुन्निने, दुख्ने, पोल्ने-झमझमाउने, गाँठा-गिर्खा निक्लने र अङ्कुर आउने, गलगाँड, पक्षाघात, दुबी, कुष्ठ, दाद, अर्बुद, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ दुख्ने, सुन्निने, यौनरोग, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

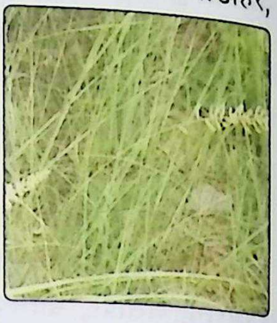
१३६७. कुश रातोजरा हुने, रक्तदर्भ, रक्तसूच्यग्र, रक्तशक्तिकुश, **Red Holy Grass, *Demostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो विशेष गरी हिमालय शीतोष्ण क्षेत्रमा र अन्यत्र विभिन्न ठाउँमा पाइन्छ । भुइँबाट निस्केका लामा धारिला पात ३-५ फिट उचो, सेतो/रातो फुल्ने, बालामा भुवा र तेलीयबीजहरू, जरा-डाँठ रातो लामो गहिरो जान्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मधुर-कषाय हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, मूत्रल, शक्तिकारक, पुष्टिकर, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, रक्तकारक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रक्तपित्त, गृध्रसी, रगतको कमी, मूत्ररोग, धातुरोग, गर्भाशय शिथिल-बाँझोपन, तनाव, वीर्य शीघ्रस्खलन, प्रदर, कुपोषण, सन्धिशोथ, पौरुषग्रन्थिवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, जरा टुक्रा १-२ वटा खुदो ५० मि.लि., शक्खर २० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

१३६८. कुश ठूलो पहेँलो, स्वर्णदर्भ, पीतदाम, शक्तिकुशपीत, **Golden Half Yellow Grass, *Desmostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो सदा गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । भुइँबाट निस्केका पात ३-१० फिट उँचो धारिलो लामो पत्ता, पुष्पदण्डमा सेतो/पहेँलो फुल्ने, बालामा भुवा र तेलीयबीजहरू, जरा पहेँलो लामा हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, स्वादिष्ठ, रुचिकर,

पित्तनाशक, पत्थरीहर, वाजीकर, मूत्रल, विषघ्न, बृक्कपुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, तनावहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, पत्थरी, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, शिथिल मिर्गौला, मूत्रकृच्छ्र, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, तनाव, रक्तपित्त, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, तनाव, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, हाडको रोग, सन्धिखुकुलो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा खुदो ३०-५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, सक्खर १०-२० ग्राम, जरा १-२ वटा ३-५ पटक ।



### १३६९. कुश सेतो ठूलो मरुभूमिको, उज्वरसेतो कुश, सफेददाभ, श्वेतदर्भ, शीतदर्भ, White Kush Grass, *Desmostachya* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीका मरुभूमि तथा अत्यन्त रूखा-सुखा स्थानमा पाइन्छ । यो सुक्खा-माटो, ढुङ्ग्यान-माटो, बलौटे-माटोमा मिल्छ । यो ३-५ फिट अग्लो-हल्का सेतो उज्जर धारिलो भालाकारपात, पुष्पदण्डमा सेतो फुल्ने मञ्जरीमा, बालामा भुवा र तेलीयबीजहरू, जरा सेता लामा हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, वातव्याधिहर, दर्दहर, पुष्टिकर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, बलकारक, विषघ्न, चर्मरोगहर, तृप्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तरोग, जोर्नीवाथ, गृध्रसीवात, मूत्रकृच्छ्र, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, सुन्निएको, पक्षाघात, आमवात, दम, खोकी, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, दुबी-दाद, कुष्ठ, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १३७०. कुदुर्नी रातो, लालकुन्दरु, कुँदुर, कुन्दुरी, रक्तबिम्बीफल, ओष्ठोपमफला, Red Sour Fruit Plant

**चिनारी** : यसको रातो फल परबल/गोलकाँक्री समान हुन्छ । काच्चोमा खाँदा काँक्रोसमान र पाकेपछि चर्को-कडा अम्ल ज्यादै अमीलो लाग्छ । यसको स्वभाव शीतल र फलभाग नै प्रयोग गरिन्छ । यसलाई चाणक्यनीतिमा सद्यबुद्धिदायक तुण्डी भनिएको रहेछ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, अम्लकारक, रक्तविकारहर, रक्तस्राव नियन्त्रक, स्तम्भक, पित्तरोगनाशक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, पोषक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, रजःवीर्यदोष, रक्तविकार, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, हृदयरोग, हैजा, अपच-अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, पित्तज गाँठा-गिर्खा, स्मृतिह्रास, पित्तजरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३७१. कुटज सेतो फुस्रे विशाल, बृहत्श्वेतकुटज, वडासफेद इन्द्रजौ, वंशकुटजी, Big White Conessi Tree, Big Pala Indigo Plant, *Holarrhena* sp. (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ६०-८० फिटसम्म अग्लो, फुस्रो बोक्रा खैरो-खराने भित्रसेतो, धेरै हाँगाबिँगाहरू पतझर, दूधे, श्वेतपुष्प फागुन-चैतमा र कार्तिक-मंसिरमा लामा चुच्चेकोसा फलभित्र नरम भुवा र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : भुवा, पात, फूल, बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त-कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, श्वासरोगहर, कृमिमारक,

मधुमेह र पेटको रोगमा उपकारी, चर्मरोगहर, रक्तविकारनाशक, पित्तघ्न, कफघ्न, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, ज्वरघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अतिसार, अर्श, कुष्ठ, दाद, दुबी, मोटोपन, ज्वर, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, श्वासनलीको शोथ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अर्बुद, पेटका समस्त जुका, ठूलो पेट, आउँ-पखाला, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल १-२ वटा, दूध ३-५ थोपा, बीज ३-५ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा अरिष्ट/आसव १०-२० मि.लि. ३-५ पटक । यसको भुवा पुरानो-जीर्ण घाउमा र शल्यक्रियापश्चात् राखेमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ ।

### १३७२. कुरिलो जगल्टे तिखो लामो काँडा भएको, कण्टक शतावरीलता, Long Nedled Asparagus Vine, Asparagus Neddle Creeper Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरो, तीक्ष्ण लामो कण्टक-काँडाहरू, पात खिरिर परेको, फूल हरियो/पहेँलो, गोलाकार तेलीय गेडा, जरा लामाभित्र कडा हाड भएको प्रशस्त उपजरा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो, ताजामा केही खिरखिहिराउने र पछि अति मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, मिर्गौला/अस्थिपोषक, दुग्धवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, स्तनमा दूधको कमी, हाडको रोग, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने, उदरशूल, रक्तरोग, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, पेय खोले १ थाल, जरा टुक्रा १-३ वटा ३-५ पटक ।

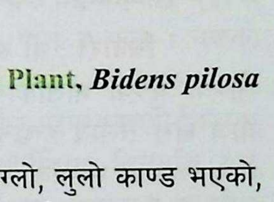
### १३७३. कुरो कालो, ससरा कोकडी, फुटियम, कढेंरी, Black Jack Black Needle Plant, *Bidens pilosa*

(Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, लुलो काण्ड भएको, पात चेप्टो-चुच्चो दन्तुर मुलायम, फूल पहेँलो फुल्ने, फल अण्डाकार, पाकेपछि तेलीय बीजहरू काला लामा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, सङ्कोचक, वातहर, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, मूत्रल, चर्मरोगहर, आँखा र कानरोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, गर्भाशय शोथ, रक्तदोष, रक्तस्राव, आँखा पाक्ने, कर्णशूल, दम-खोकी, हैजा, कफवृद्धि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कफग्रस्त समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १३७४. कुण्डली, संगकुप्पी, वनयुथिका, Petit Fiver Leaves Plant, Glory Bower, *Clerodendron inerme*

(Family : Lamiaceae)



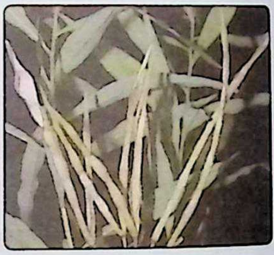
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, हाँगाबिँगा बाङ्गा वा टेडो भएको सानो झाडी, पात चेप्टो, फूल सेतो बास्नादार, चौखण्डी फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो

विषनाशक, अवसादक, शोथघ्न, ज्वरनाशक, पित्तनाशक, तिक्त यकृतपोषक, मेदहर, मधुमेह र रक्तचापमा लाभदायक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, मलेरियाज्वर, कलेजोरोग, कामला, मधुमेह, रक्तचाप, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, उदरकृमि, मोटोपन, रक्तविकार, पेटको रोग, अम्लपित्त, ग्यास्ट्रिक, अर्श, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० र तेल १०-३० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १३७५. कुरिलो बीज, हलियुन, हिकुवा, शतवरीफल, Asparagus Seed, Asparagus oil Plant

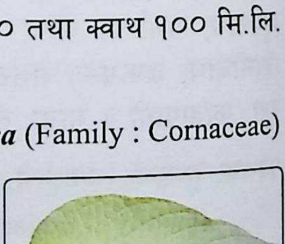
**चिनारी** : यो सयौं-कैयौं जात-उपजातका कुरिलोहरू हरियो-पहेँलो-रातो हुँदै कालो हुन्छन् र पाक्छन् । जब पाक्छन् पातलो बोक्रा सुक्छ, गोलो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, रञ्जक, शोथघ्न, सुगन्धदायक, हृदयशक्तिकारक, गर्भस्थापक, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गर्भरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, बाँझोपन, स्त्रीरोग, गर्भाशयशूल, हृदयको धड्कन तेज भएमा, नपुंसकता, हात्तीपाइले, रजःवीर्यदोष, मूत्ररोग, कुपोषण शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १-३, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० मि.लि., बीजरस/काँढापानी १ गिलास ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १३७६. कुकुरविष नीलो, Blue Dogbane, Blue Star Plant, *Amsonia tabernaemontana* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, फूल ताराकार सेतो-नीलो वर्णको, फल कोसामा लामो बीज खैरा तेलीय हुन्छन्, जरा गानो लाम्चो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव, उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विष-प्रतिविषकारक, पित्तनाशक, ज्वरहर, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, मदकारक, शोथघ्न, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुकुरले टोकेको, पागल-बहुलाएको प्राणीले डसेको, उदरकृमि, दुबी, दाद, कुष्ठ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, यौनरोग, पित्तरोग, रक्तविकार, अर्श, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १३७७. कुकुरकाठ रातो डाँठको, Red Twig Dog Wood Plant, *Cornus sericea* (Family : Cornaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ५००-२७०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्ले, काण्ड रातो, झाडी फैलिने, पात चेप्टो, फूल सेतो झुप्पामा चारतारे फुल्ने, फल गोलाकार सेतो, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक, गर्भरोगमा हितकारी, उदररोगनाशक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, कण्ठशोधक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, आँखारोग,

कफवृद्धि, प्रसुति, गर्भरोग, मैलो दाँत, हैजा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलाको रोग, टन्सिल, गाँड, क्षय, जलोदर, दम, खोकी, आन्द्राको घाउ, ज्वर, अर्श, गानो, उदरशूल, रक्तविकार, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

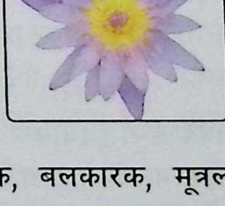
**१३७८. कुन्तीधूप, कुन्था, कुन्ठा, अरि, Gum Arabic Plant, Gum Senegal Tree, *Acacia senegal*** (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, दुवैतिर गएका खयरपत्रसमान संयुक्त पात, सुनौलो फुल्ने, काँडा भएको, कोसामा भित्र गोला तेलीय गेडाहरू हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप। **गुण-धर्म-कर्म :** यो व्रणरोपक, वातनाशक, कफनिस्सारक, वेदनाशामक, वातपुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पाचनशक्ति वृद्धिदायक, शोथघ्न, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दम, खोकी, पिनास, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, रक्तरोग, मन्दाग्नि, मोटोपन, गृध्रसी, पक्षाघात, कटिवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र स्वरससुई ३-१० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१३७९. कुकुरौंधा कालोपाते गाढा हरा, कुकुरौंदा, कुकुन्दर, Jungalimuli Plant, *Blumea lacera*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो वर्षायु, ५-७ फिट अग्लो, नरम सेता भुसले भरिएको, पात आयाताकार-दन्तुर-मांसल, पहैंलो फुल्ने फूल गनाउँछ, पुष्प छिप्पिएपछि थुङ्गामा तेलीयबीज लाग्छन्, जरा मूलासमान हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, जरा, पात र फूल। यसको स्वभाव उष्ण त्रिदोषशामक हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो केही पिरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तस्तम्भक, मूत्रल, वातहर, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, बलवीर्यकारक, पुष्टिकर, रक्तरोगहर, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तार्श, ज्वर, जोर्नीवाथ, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, पत्थरी, रक्तपित्त, अम्लपित्त, मूत्रकृच्छ्र, धातुरोग, रक्तरोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, आमवात, मूत्ररोग, दम, खोकी, श्वासनलीशोथ, अर्श, गाँठा-गिर्खा, कमलपित्त, मलावरोध इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ४० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, खोटो १-३ ग्राम, बीज ५-१० वटा ३-५ पटक

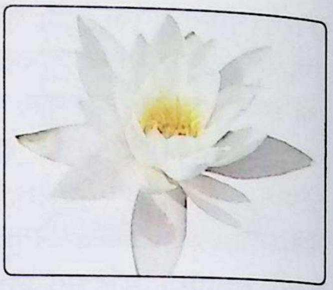
**१३८०. कुमुद नीलो थोरै र सेतो धेरै भएको फुल्ने सानु कमल, उत्पल, रात्रीपुष्प, शीतजलज, उफोस्वाँ, Blue and White Water Lily Plant, *Nymphaea* sp.** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो पानीमा हुने वनस्पति हो। यसको जरा गोलो-सानो, गोलाकार पात भेट्नु भएको अण्डाकार दन्तुर, पुष्पदण्डमा निलो थोरै र सेतो भाग धेरै भएको फुल्ने बीचमा पहैंलो केशर, पुष्प छिप्पिएपछि गोलो तेलीयबीज सानो काच्चोमा पाकेपछि काला फलभित्र दाना सेतो हुन्छ, रातभरि फुल्छ, बास्ना छर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अतिश्रमहर, अर्बुदहर, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, निद्राकर, पित्तघ्न, पत्थरीहर, रक्तजविकारहर, व्रणरोपक, बलकारक, मूत्रल

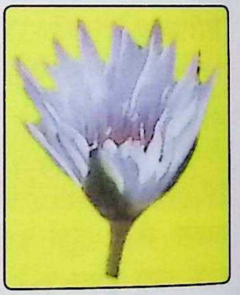
मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तज अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, मिर्गौला र मुटुको सुक्खाराम, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, अनिद्रा, तनाव, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, शिरमण्डलको गर्मी, अम्लपित्त, कमलपित्त, बिग्रेको कलेजोरोग, रक्तरोग, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, अर्क-क्वाथ ३०-१०० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, केशर आधा-एक ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, बीज दाना २-५ वटा, मह ५-१० थोपा ३-४ पटक।

**१३८१. कुमुद चिप्ले सुनौलो केशर सेतो फुल्ने, काई, कमोद, धवलोत्पल, कल्हार, White Water Lily Plant, *Nymphaea alba*** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो जलीयक्षुप बहुवर्षायु, पात हृदयाकार जलमाथि तैरिएका हुन्छन्, पत्रनाल ५-७ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने पहेँलो केशर, कोसामा रातो गोलो पाकेपछि काला फलभित्र सेतो तेलीयदाना, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, उदररोग र रक्तविकारमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक, पित्तज अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तजविकार, उन्माद-पागलपन, जलन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, स्मृतिह्रास, मृगी-छारे, तनाव, पेट पोल्ने-उदरशूल, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तजज्वर, रक्तपित्त, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ वटा, फूल/पात १-२ वटा, मह ५-१० थोपा, केशर आधा-एक ग्राम, खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१३८२. कुमुदिनी सानुभुसे, नीलीकुमुद, रोमशनीलोत्पल, सौगन्धिक, Small Hairy Blue Water Lily, *Nymphaea* sp.** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो जलमा हुने बहुवर्षायु बिरुवा, पात वृत्ताकार, दन्तुर रौँयुक्त, पुष्प थुङ्गामा निलो अरूण वर्णको, कोसामा गोलाकारभित्र कालो दाना फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्, जरा सेता पानीभित्रै फैलिन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भस्थापक, पित्तनाशक, पित्तज्वरनिवारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, अग्निकारक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, बुद्धिवर्द्धक, तनावहर, बलवीर्यकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, स्मृतिह्रास, कामला, रक्तपित्त, पित्तज्वर, रक्तस्राव, हैजा, प्रदर, मासिकअधर्म, धातुस्राव, शीघ्रवीर्यस्खलन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, तनाव, गतिशीलअङ्गको सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण/खोटो ५-१० ग्राम, बीज ३-५ वटा, वटी २-३ वटा, पात/फूल/जरा १-३ टुक्रा ३-५ पटक।

**१३८३. कुमुदिनी रातो, रक्तकुमुद, उत्पलिनी, कुमद्वती, Pygmy Water Red Lily, *Nymphaea* sp.** (Family : Nymphaeaceae)

**चिनारी** : यो २०००-५५०० मिटरका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो क्षुप जलमा हुन्छ, लामो पत्रदण्डमा हृदयाकार २-३ से.मि. लामा पात, पुष्पदण्ड अग्लोमा रातो फुल्ने सुगन्धदायक, पुष्प छिप्पिएपछि फल कोसामा गोलो राता तेलीयबीज पाकेपछि कालाभित्र सेतो दाना, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, व्रणरोपक, पित्तघ्न, पत्थरीहर, गर्भपोषक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, तनावहर, गर्मी-पित्तजज्वरनिवारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, पत्थरी, पित्तजअर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तविकार, रजःवीर्यदोष, स्त्रीरोग, गर्भस्राव, रक्तस्राव, हैजा, पिसाब नहुने-नखुल्ने, धातुरोग, रगतको कमी, मन्दाग्नि, पैतला जलन, हात-खुट्टा पोल्ने, तनाव, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, निम्नरक्तचाप इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ वटा, फूल/पात १-२ वटा, खोटो २-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, केशर १-३ ग्राम, जरा १-२ वटा टुक्रा ३-५ पटक ।

### १३८४. कुश रातो जरा हुने, रक्तदर्भ, रक्तसूच्यग्र, रक्तशक्तिकुश, Red Half Grass, *Demostachya* sp.

(Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो विशेष गरी हिमालय शीतोष्ण क्षेत्रमा र अन्यत्र विभिन्न ठाउँमा पाइन्छ। यो भुइँबाट निस्केका लामा धारिला पात ३-५ फिट उचो, सेतो/रातो फुल्ने, बालामा भुवा र तेलीय बीजहरू, जरा-डाँठ रातो लामो गहिरो जान्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मधुर-कषाय हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, मूत्रल, शक्तिकारक, पुष्टिकर, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, रक्तकारक, तृप्तिकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रक्तपित्त, गृध्रसी, रगतको कमी, मूत्ररोग, धातुरोग, गर्भाशय शिथिल-बाँझोपन, तनाव, वीर्यशीघ्रस्खलन, प्रदर, कुपोषण, सन्धिशोथ, पौरुषग्रन्थिवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खुदो २०-५० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, जरा टुक्रा १-२ वटा, सक्खर २०-१० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १३८५. कुश कलेजी डाँठे, स्वर्णदर्भ, पीतदाम, शक्तिकुशपीत, Yellow Full Grass, *Desmostachya* sp.

(Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र हर हावापानीमा पाइन्छ। यो भुइँबाट निस्केका पात १-३ फिट उँचो, धारिलो लामो पत्ता, पुष्पदण्डमा पहेँलो फुल्ने, बालामा भुवा र तेलीय बीजहरू, जरा पहेँलो लामा हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वाजीकर, मूत्रल, विषघ्न, बृक्कपुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, तनावहर, बलकारक, वेदनानाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, पत्थरी, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, शिथिल मिर्गौला, मूत्रकृच्छ्र, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, रक्तपित्त, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, तनाव, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, हाडको रोग, सन्धि खुकुलो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खुदो २०-५० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, सक्खर १०-२० ग्राम, जरा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १३८६. कुश हरियो, हरितदर्भा, हरिदाभ, हरितसूच्यग्र, **Greenfully Plant, *Demostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो लामो झरी-वर्षा र जलीय चिस्यान क्षेत्रमा ठन्डा इलाकामा धेरै मिल्छ। यो भुइँबाट निस्केका, ३-५ फिट लामो धारिलो कडा भालाकार पात, पुष्पदण्ड मञ्जरीमा सेतो फुल्ने, जरा हरिया हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, मूत्रल, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, रज:वीर्यसुधारक, गर्भाशयहितकारी, विषघ्न, बृक्कपुष्टिकर, कामोद्दीपक, शोथघ्न, बलकारक, रक्तसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, विषप्रभाव, रज:वीर्यदोष, शिथिल पाठेघर, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, गृध्रसीवात, आमवात, सर्वाङ्गवात, मूत्रकृच्छ्र, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, शिथिल, मिर्गौला, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, लिङ्ग लुलो र सानो हुँदै जाने, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

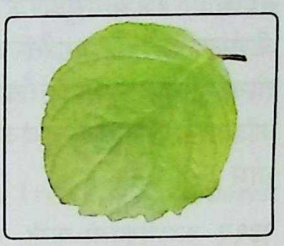
### १३८७. कुश सानो सेतो, उज्वरसेतो कुश, सफेददाभ, श्वेतदर्भ, सितदर्भ, **Whitefully Grass, *Desmostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीका मरुभूमि तथा अत्यन्त रूखा-सुखास्थानमा पाइन्छ। यो सुक्खा-माटो, ढुङ्गयान-माटो, बलौटे-माटोमा मिल्छ। यो १-३ फिट अग्लो, हल्का सेतो उज्जर धारिलो पात, पुष्पदण्डमा सेतो फुल्ने मञ्जरीमा, बालामा भुवा र तेलीयबीजहरू, जरा सेता लामा हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, वातव्याधिहर, दर्दहर, पुष्टिकर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, बलकारक, विषघ्न, चर्मरोगहर, तृप्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तरोग, जोर्नीवाथ, गृध्रसीवात, मूत्रकृच्छ्र, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, सुन्निएको पक्षाघात, आमवात, दम, खोकी, रज:वीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, दुबी-दाद, कुष्ठ, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### १३८८. कुश कैलो सानो, शक्तिकुश, **Brown Kusham grass, *Desmostachya* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो सदा-सर्वत्र हर हावापानीमा पाइन्छ। यो भुइँबाट निस्केका पात १-३ फिट उँचो, धारिलो लामो पत्ता, पुष्पदण्डमा सेतो फुल्ने, बालामा भुवा र तेलीय बीजहरू, जरा फुस्रा लामा हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, स्वादिष्ठ, रुचिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वाजीकर, मूत्रल, विषघ्न, बृक्कपुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अतिश्रमको पीडाहर, तनावहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दर्द, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, पत्थरी, रज:वीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, शिथिल मिर्गौला, मूत्रकृच्छ्र, ओच्छ्यानमा-सपनामा पिसाब गर्ने, तनाव, रक्तपित्त, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, हाडको रोग, सन्धिखुकुलो इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खुदो २०-५० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, सक्खर १०-२० ग्राम, जरा १-२ वटा ३-५ पटक।

**१३८९. कुमकुम कस्तुरी हिमाली, पत्थर कुमकुम, शैलेय, शीलापुष्प, भूरिछरिला, Scented Stone Flower, *Didymocarpus pedicellata (Family : Gesneriaceae)***

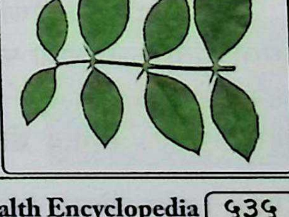


**चिनारी** : यो १५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो चिस्यान चट्टानतिर असार-साउनमा उम्रन्छ र असोज-कार्तिकमा वनस्पति सुक्छ, यो आधा-एक फिट अग्लो, गोलाकार पात मांसल नरम पुष्पदण्ड उचो रगतसमान रातो मुगाजस्तै फुल्ने, गुटुमुटु परेको पातमा उल्टोतिर सेतो र सुल्टोतर्फ पहेंलो भएर सुक्छ, पुष्प छिप्पिएपछि ५-७ कोसा लाग्छ र भित्र साना तेलीयबीजहरू, जरा ६-१२ अङ्गुल लामो अति सुगन्धदायक हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने कटु र केही कषाय हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फूल, पात र बीज । सुकेपछि जरा गेरु वा रातो वर्णको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति बास्नादार, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, कुष्ठघ्न, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, असाध्यरोग नियन्त्रक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठागुँठी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, सर्वाङ्गवात, क्षयरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, मूत्रविकार, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कफग्रस्त दम, खोकी, क्षयरोग, पिनास, चिसो-रुघा, एलर्जीक समस्या, मनसरोग, हरप्रकारका वात हरेकप्रकारका समस्या, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूण चौथाइ-आधा ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, स्वरससुई २-१० र अर्कसुई २-५ तथा क्वाथ ५० र तेल/अर्क ३० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ मासजति २-३ पटक ।

**१३९०. कुमकुम धूप सानो चेप्टोपाते, नानकुमकुमकस्तुरी, शिलाधूप, पत्थरफोडी, Tropical Stone Scented Flower, *Didymocarpus* sp.** (Family : Gesneriaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका ३००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो वर्षादमा पानी-झरीवर्षा हुन थालेपछि असार-साउनमा चट्टानमा उम्रन्छ । प्रायः चिस्यान पत्थरिलो-ढुङ्गामा उम्रन्छ । यो ५-१० से.मि.अग्लो, चेप्टो पात रातो डाँठ-मसिना दन्तुर किनारामा सेतो/रातो थुङ्गामा फुल्छ, कोसा लाग्छन् भित्र तेलीयबीज आलससमान दाना तर साना, जरा गेरुसमान ढुङगामा गुडुल्किएको, पात झर्छ बुटी सुक्छ, जरामात्र रहन्छ । पानी पर्न छाडेपछि चट्टान सुक्न थालेपछि यो चाउरिन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, पीडाहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कफवृद्धि, फोक्सोशोथ, कुष्ठ, दुबी, दाद, पत्थरी, श्वासरोग, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, गृध्रसी, धनुर्वात, कटिवात, ढाड-कम्मर दर्द, चिसो/तातो र धूलो/धुवा खप्न-सहन नसक्ने, क्षयरोग, यौनरोग, विषप्रभाव, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, वटी १-२ वटा मासजत्रो, लेदो/चूर्ण चौथाइ-आधा ग्राम, खोटो/भस्म १-२ मास जति, स्वरससुई २-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. २-३ पटक ।

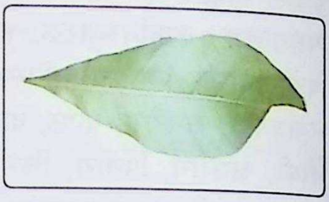
**१३९१. कुण्डली पहाडी, कन्तनगुर, कन्टगुरकमई, त्रिकण्टक, Needle Bush Plant, *Azima tetracantha*** (Family : Salvadoraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ६०-१०० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो, यो वनौषधि लहरो, साना हाँगाहरूमा २-३ पात, तीनकाँडा भएको तीक्ष्णकण्टक, फूल पहेंलो-सेतो वर्णको ४-८ कण्टकयुक्त दल, गोलाकार भित्रफल एक तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, उत्तेजक, पुष्टिकारक, व्रणरोपक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, रक्तस्तम्भक, जलशोषक, कण्ठशुद्धिकर, श्वासरोगहर, सङ्कोचक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जलोदर, टन्सिल, गला-घाँटीका समस्या, जीर्णकफज्वर, कफग्रस्त दम, खोकी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, श्वासरोग, गर्भाशय अशुद्धि तथा शोथ, गानो, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३९२. कुम्भीकालो फुल्ने, कृष्णकटमी, कालाकुम्भी, Slow Match Tree Black Flower, *Careya arborea***
(Family : Lecythidaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो ठूलो मुलायम, फूल सेतोमा रातो सुइरे फुल्छ-लामो रौंसमान फरर परेको थुङ्गा, घडा आकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, मेदहर, उदररोगमा लाभदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, बीज र फल पुष्टिकर-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त दम-खोकी, श्वासरोग, अर्बुद, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, अरुचि, अजीर्ण, आन्द्राको घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, फल १-३ वटा ३-५ पटक ।

**१३९३. कुकुरदाहिनु असगन्धपाते, कुत्ताअश्वगन्धा, ऋष्यागन्धा, आशुतोषलता, Dog Right Creeper Plant**

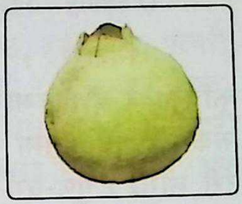
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-२० फिट लामो लहरा, पात अश्वगन्धासमान, सेता मुलायम भुस, कार्तिकतिर रातो फुल्ने, गोलो गेडातेलीयबीज, टेडोमेडो हाँगा, जरा सेतो हुन्छ । स्वाद टर्रो तीतो हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो जरा कफहर पुष्टिकर, धातुपरिवर्तक, कामोद्दीपक, वातनाशक, निन्द्राजनक, वेदनानाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मज्जातन्तु शिथिलरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, साइटिका, कटिवात, मेरुदण्डको हाड-ढाड खिइने, जोर्नी दुख्ने, मधुमेह, निन्द्रा नआउने, पीडादायी-दर्द, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले बल बढाउँछ, मद्यपानको आदत छुटाउँछ । **मात्रा :** चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

**१३९४. कुम्भी सेतो, श्वेतकटमी, श्वेतकुम्भी, Slow Match Tree White Flower, *Careya* sp.**
(Family : Lecythidaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने लामो फररर रौंहरू, पात मुलायम लाम्चो फराकिलो, फल घण्टा आकारको भित्र सेतो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो फल गुदी र बीज

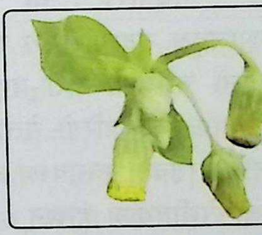
मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, ज्वरनिवारक, मेदहर, अर्शोघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, श्वासरोगहर, फल बलकारक र पुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, व्रण, ज्वर, मोटोपन, अर्श, मधुमेह, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, गानो, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने-पोल्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तपित्त, कामला, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल गुदी १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १३९५. कुम्भी तीतो फल, तिक्तकुम्भी, तिक्तकटभी, **Bitter Fruits Slow Match Tree,** ***Careya arborea*** (Family : Lecythidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो ठूलो मुलायम फूल सेतो-पहेँलो लामो रौँसमान सुइरा फरर परेका, फल घडा आकारको भित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, सङ्कोचक, कृमिमारक, ज्वरनिवारक, विषघ्न, व्रणरोपक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, मेदहर, कुष्ठघ्न, रक्तशोधक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भाशय सुन्निने-खस्ने, अम्लपित्त, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, रक्तरोग, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, कामला, प्रदर, मोटोपन, व्रण, सङ्ग्रहणी, रक्तदोष, ज्वर, मुखपाक, अर्श, उदरशूल, गानो, कुष्ठ, दाद, छालाका एलर्जीकल समस्या, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, फल गुदी १०-२० ग्राम, बीजतेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १३९६. कुकुरौंधा पहेँलो फुल्ने, कुकुरौंधापीत, स्वर्णकुकुन्दर, वनमूली, **Blumea CamphourPlant,** ***Blumea lacera*** (Family : Asteraceae)



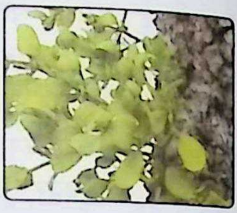
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु वर्षायाममा उम्रन्छ र शीतकालको अन्तिममा फुल्छ-फल्छ र कपूरसमान गन्ध दिन्छ। यसको पत्र दन्तुर किनारा काटिएको मूलाको पातसमान ३ अङ्गुल लामो र १ अङ्गुल चौडा, फूल सुनौलो, तेलीयबीज साना-काला रङका काँडादार, जरा सेतो-पहेँलो हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, कफघ्न, विषघ्न, मूत्रल, शोथघ्न, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तरोगहर, त्रिदोषशामक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, आमवात, विषप्रभाव, मूत्ररोग, अङ्गशोथ, रक्तस्राव, दम-खोकी, श्वासरोग, मूत्ररोग, कटिवात, गृध्रसी, रजःवीर्यदोष, कफवृद्धि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १३९७. कुकुरबिचा वृक्ष, ककरुन्दे, गोवाली, **Grewia Plant,** ***Grewia polygama*** (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मको हावापानीमा पाइन्छ। यो ८०-१०० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा एकदम नाजुक-कमजोर, पात चुच्चो परेको, सेतो फुल्ने, गोलाकार बदामी रङको रोमश फलभित्र तेलीय बीजहरू चम्किलो

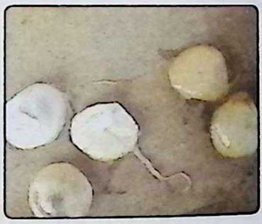
हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिनाशक, दाहशान्तिकर, नेत्रहितकारी, विषघ्न, आन्त्रसङ्कोचक, मूत्रल, कफनिस्सारक, ऋतुस्राव नियामक, व्रणसुधारक, अर्शोघ्न, रेचक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, कब्ज, गठिया, सन्धिपीडा, नेत्ररोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, प्रदर, मासिकअधर्म, आन्द्रा सुन्निने-फुल्ने, विषप्रभाव, मूत्रकृच्छ, दम, खोकी, पेटका कृमि, आमवात, गानो, राजयक्ष्मा, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३९८. कुचिलाको हड्चुर, बुदु, बांडुगल, कचिलाके मलुङ्गा, Jointed Mistletoe Plant, *Viscum* sp.**
(Family : Santalaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कुचिलाको वृक्षहरूमा उम्रन्छ र बढ्छ । यो १-३ फिट लामो-अग्लो तल्लो भागमा फर्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, सङ्कोचक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, श्वासरोगहर, जलशोषक, मेदहर, गर्भाशय पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, नसारोग, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, हाडको रोग, गर्भाशय/फोक्सोशोथ, राजयक्ष्मा, जलोदर, ठोक्किएको, मोटोपन, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१३९९. कुचिला, कुचला, विषतिन्दुक, कुपीलु, रम्यफल, Kochi (Am), Poison Nuttree, *Strychnos nux-vomica***
(Family : Loganiaceae)



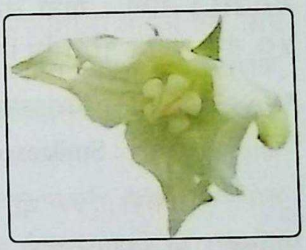
**चिनारी** : यो १६०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष सदा हराभरा रहने, ४०-५० फिट अग्लो, काण्ड-हाँगाबिँगाहरूका बोक्रा पातलो चम्किलो खैरो वर्ण, पत्र ३-५ इन्च लामो गन्धयुक्त चेप्टो, पुष्पमञ्जरीमा नलिआकारको हरियो-सेतो, पुंकेशर ५ वटा, फल गोलाकार पाकेपछि चम्किलो सुन्तला रङको, फलावरण कठिन, फलमज्जा कमलो सेतो, प्रत्येक फलभित्र ३-५ वटा गोलो तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीजमज्जा, पात, बोक्रा, फूल, फलत्वक । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो केही पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, कटु-तिक्त पुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, विषघ्न, हृदयोत्तेजक, कृमिमारक, वाजीकर, स्नायुतन्तुतन्त्रिका कमजोरी र मांसपेशीय पीडामा उपकारी, अर्बुदहर, श्वासक्रिया व्यवस्थापक, मज्जातन्तु बलकारक, पीडाहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सन्धिवात, आमवात, सर्वाङ्गवात, अनिद्रा, तनाव, अतिश्रमको थकान, अङ्गदर्द, शोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, विषप्रभाव, नपुंसकता, सङ्ग्रहणी, कृमि, राजयक्ष्मा, हृदयशिथिलता, फोक्सो-श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई पञ्चगव्यमा सातदिन शोधन गर्ने, बीजको जिब्रो फ्याँक्ने अनि वटी वा चूर्ण पारी खानुपर्छ । **सामान्य मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., १-३ मासा अथवा ५०-२५० मि.ग्रा.। विशेष **मात्रा** : ३-५ वटी वा १००-३५० मि.ग्रा. केही दिन २ पटक । महिनामा १५ दिन बढाउँदै जाने र फेरि १५ दिन घटाउँदै ल्याउने रोग प्रकोपको आधारमा ।

**१४००. कुमकुमधूप लाम्चोपाते, कुमकुमकस्तुरी, शिलाधूप, पत्थरफोडी, Long Leaved Tropical Stone Scented Flower, *Didymocarpus* sp.** (Family : Gesneriaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका ३००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो वर्षादमा पानी-झरीवर्षा हुन थालेपछि असार-साउनमा चट्टानमा उम्रन्छ । यो ५-१० से.मि. अग्लो, लाम्चो पात, रातो डाँठ-मसिना दन्तुर किनारामा सेतो/रातो थुङ्गामा फुल्छ, कोसा लाग्छन् भित्र तेलीयबीज आलससमान दाना तर साना, जरा गेरुसमान ढुङ्गामा गुडुल्किएको, पात झर्छ बुटी सुक्छ, जरामात्र रहन्छ । पानी पर्न छाडेपछि चट्टान सुक्न थालेपछि यो चाउरिन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, सुगन्धदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, पीडाहर, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, शोथघ्न, श्वासरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, सरुवारोग, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कफवृद्धि, फोक्सोशोथ, कुष्ठ, दुवी, दाद, पत्थरी, श्वासरोग, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, गृध्रसी, धनुर्वात, कटिवात, ढाड-कम्मर दर्द, चिसो/तातो र धूलो/धुवा खप्न-सहन नसक्ने, क्षयरोग, यौनरोग, विषप्रभाव, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, वटी १-२ वटा मासजत्रो, लेदो/चूर्ण चौथाइ-आधा ग्राम, खोटो/भस्म १-२ मास जति, स्वरससुई २-५ र तेल/अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि. २-३ पटक ।

**१४०१. कुटजसेतो, इन्द्रजौवृक्ष, बृहत्श्वेतकुटज, कचेरीवनखीरा, सफेदबडा वंशकुटजी, Big white Conessi Tree, Big Pala Indigo Plant, *Holarrhina* sp.** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुका समथर भूभागमा पाइन्छ । यो ५०-८० फिटसम्म अग्लो, बोक्रा खैरो-खराने भित्रसेतो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पतझर, दूधे, श्वेतपुष्प फागुन-चैतमा र कार्तिक-मंसिरमा लामा चुच्चे कोसाभित्र नरम भुवा र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : भुवा, पात, फूल, बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त-कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, श्वासरोगहर, कृमिमारक, मधुमेह र पेटको रोगमा उपकारी, चर्मरोगहर, रक्तविकारनाशक, पित्तघ्न, कफघ्न, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, ज्वरघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अतिसार, अर्श, कुष्ठ, दाद, दुबी, मोटोपन, ज्वर, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, श्वासनलीको शोथ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अर्बुद, पेटका समस्त जुका, ठूलो पेट, आउँ-पखाला, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० तथा पुष्पस्वरससुई २-५ र अरिष्ट/आसव १०-२० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल १-२ वटा, दूध ३-१० थोपा, बीज ३-५ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा ३-५ पटक । यसको भुवा पुरानो-जीर्ण घाउमा र शल्यक्रिया पश्चात् राखेमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ ।

**१४०२. कुचिलालता, कुचिला, लताविषतिन्दुक, रम्यफल, Kochi (Am), Poisonnut Vine, Kuchila Creeper**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाललता सदा हराभरा रहने, ३०-१०० फिट लामो लता, हाँगाबिँगाहरूका बोक्रा पातलो चम्किलो खैरो वर्ण, पत्र गन्धयुक्त चेप्टो, पुष्पमञ्जरीमा नलिआकारको हरियो-सेतो, पुंकेशर ५ वटा, फल गोलाकार पाकेपछि चम्किलो सुन्तला रङको, फलावरण कठिन, फलमज्जा कमलो सेतो, प्रत्येक फलभित्र ३-५ वटा गोलो तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीजमज्जा, पात, बोक्रा, फूल, फलत्वक । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो केही पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, कटु-तिक्त पुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, विषघ्न, हृदयोत्तेजक, कृमिकारक, वाजीकर, स्नायुतन्तुतन्त्रिका

कमजोरी र मांसपेशीय पीडामा उपकारी, अर्बुदहर, श्वासक्रिया व्यवस्थापक, मज्जातन्तु बलकारक, पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सन्धिवात, आमवात, सर्वाङ्गवात, अनिद्रा, तनाव, अतिश्रमको थकान, अङ्गदर्द, शोथ, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, विषप्रभाव, नपुंसकता, सङ्ग्रहणी, कृमि, राजयक्ष्मा, हृदयशिथिलता, फोक्सो-श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई पञ्चगव्यमा सातदिन शोधन गर्ने, बीज जिब्रो फ्याँक्ने अनि वटी वा चूर्णपारी खानुपर्छ । सामान्य **मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., १-३ मासा अथवा ५०-२५० मि.ग्रा. वटी १-२ पटक ।

**१४०३. कुलञ्जन सानो पहेँलो, सूक्ष्मपीतकुलिञ्जन, लेकअदुवा, Hong Dou Kou, Galangal Plant, Golden Root-Flower's Plant, *Holarrhena* sp.** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उच्चलेक, शीतोष्ण र अतिशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चेप्टा लामा पात, हल्का पहेँलो-सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हल्का सुनौलो रङका, गाना सुनौला हुन्छन् । यसको स्वाद बास्नादार-पीरो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र फल । गुण-धर्म-धर्म : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पीडाहर, अर्बुदहर, शोथघ्न, अग्नि-उद्दीपक, कण्ठशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीको घाउ-खटिरा, टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, सुन्निने, दर्द, फोक्सोको अर्बुद, श्वासनलीको शिथिलता, रुघा, खोकी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, मुख-जिब्रोको घाउ, उदरशूल, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गानो लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, फल १ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, वटी २-३ वटा २-३ पटक ।

**१४०४. कुकुरदाहिनु विशाललता सेतो, सेतकचिनी, सफेदचोबचिनी, डनकरोट, White Smilax Plant, *Smilax* sp.** (Family : Smilacaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण र शीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यो विशाललहरो, पात लाम्चो चुच्चो, डाँठमा काँडा भएको, जरा सेतो, लता हल्का सेतो उज्वर हुन्छ । यसको स्वाद हल्का तितो केही मिठो र स्वभाव हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, यकृतसुधारक, रक्तशोधक, ऋतुस्रावनिर्यायक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, उदररोगमा उपयोगी, वातव्याधिहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, ज्वर, पित्तरोग, पत्थरी, मिर्गौला सुक्ने, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, मूत्रकृच्छ्र, क्षयरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, कुपोषण, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, कलिलो पात मुन्टाको साग ३०-५० ग्राम, उसिनेको पाकरस ३०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१४०५. कुकुरपोले, कुत्तापोल, कुत्ते, Kukurpolo, Kutte Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात लाम्चो-फराकिलो सालको पातसमान हुन्छ । यो फुल्छ र फल्छ, तेलीयबीज हुन्छन् । यसको पात मिचेर सुँघ्दा कुखुरा पोलेको गन्ध आउँछ । यसको स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, यौनरोगहर, मृदुरेचक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, दादुरा, लुत्तो, दाद, दुबी, कुष्ठ, दम, कफवृद्धि, अर्श, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, लहरे-पहरे खोकी, गुल्म, पिनास, कब्जियत, छालाको रोग, डण्डिफोर इत्यादि

सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### १४०६. कुरिलो खाने, कोनेको, कानेको शतावरी कालो, Black Stem Eating Ausparagus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा राम्रो खेती हुन्छ। यसको हरियो-कालो बोट २-३ फिट अग्लो, डाँठ कालोपनाको, फिँजारिएका मसिना पात, कलिलो मुना निक्लने, फूल सेतो-हरियो, गोलो गेडाभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : कलिलो तामो-मुना। यसको सबै भाग उपयोगमा ल्याइन्छ। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, ऋतुस्राव नियामक, हृदय हितकारी, पत्थरीहर, अग्निकारक, रक्तदोषहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, पित्तरोग, दुब्लो-पातलो, शरीर सुकेर जाने, मिर्गौला र मुटु शिथिल रहने, पिसाब खलास नहुने, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रक्तदोष, कुपोषण, स्तनमा दूध सुकेको, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रससहितको तरकारी ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १/१ मुना, गेडा २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा चुसिरहने ३-५ पटक।

### १४०७. कुट्स, कुम्ह, पत्थरीहरबोट, Stone Cut small Tree

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका १६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, ठूलो पात त्रिशूल आकार, फूल सेतो फुल्ने, निबुवासमान गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, पत्थरीनाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग-आँखासम्बन्धी समस्त समस्या, पत्थरी, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, प्रमेह, प्रदर, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखपाक, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, कामला-हेपाटाइटिस, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १४०८. कुरिलो खाने तोकितोप, Yellow Stem Eating Ausparagus, Tokito Ausparagus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो खेती गरी उत्पादन बढाउने र तरकारी/सुप बनाएर खाने प्रचलन छ। यो २-३ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, पाकेपछि रातो गोलो गेडा फलभित्र तेलीयबीज लाग्छन्। यसको **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : कलिलो मुना नै हो। यसको जरा, गेडा, डाँठ र पातले पनि उपचार गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, शीतल, मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, मिर्गौलारक्षक, स्तनवृद्धिकारक, रक्तशोधक, अग्निकारक, पुष्टिकर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, अम्लपित्त, स्तनमा दूधको कमी, शारीरिक कमजोरी, शरीर सुक्ने-दुब्लाउँदै जाने, स्तनमा दूध नभएको, मन्दाग्नि, सुक्खा

आमाशय, मिर्गौला र मुटु सुक्दै गएको, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा इत्यादिमा उपयोगी हुन्छ। **मात्रा** : रससहितको तरकारी सुप वा काँढापानी ५०-१०० ग्राम, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., १ मुना, १, डाँठ, जराका टुक्रा २-३ वटा ३-५ पटक।

### १४०९. कुरिलो मुना खाने पहाडी, ताकी, Taki, Ausparagus Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको मुना खानका लागि खेती गरिन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, सेतो-हरियो फुल्ने, गोलो गेडा हरियो पाकेपछि पहेँलो हुँदै रातोभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **प्रयोग हुने मुख्य अङ्ग** : कलिलो मुना र अन्य पात, डाँठ, फूल र फल पनि उपचारमा उपयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, स्वादिष्ठ, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, स्तन दुग्धवर्द्धक, अग्निकारक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तजवर, स्तनमा दूधको कमी, पत्थरी, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, मुख सुक्ने, मिर्गौला सुक्दै जाने। **मात्रा** : लेदो/स्वरस चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क २०-३० ग्राम १ मुना, १/१ डाँठ, पकाएको रस-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १४१०. कुरिलो ठूलो-लाम्मो, शतावर पुरुष, पुरुषशतावर, Big–long Ausparagus Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४-७ फिट अग्लो, ठूलो-मोटो, हाँगा टेडो, मुना निक्लने, हरियो-सेतो फुल्ने रातो गेडाभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, दुग्धवर्द्धक, रसिलो, मूत्रल, रक्तदायक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तकारक, पित्तज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, स्तनमा दूध नआउने, शरीर सुकेर जाने, दुब्लो-पातलो, बल नभएको शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रससहित मुनाको झोल ५०-१०० ग्राम, १ मुना, २-३ जरा, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १४११. कुखुरा खुट्टेघाँस, कक्सफुट घाँस, Cock's Foot Green Grass, *Dactylis glomerata* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो १५००-४२०० मिटरसम्म पाइन्छ। यो तीन फिट अग्लो कुखुरा खुट्टाझैँ सदा हराभरा रहने प्रसिद्ध घाँस हो। यसले तुषारो र खडेरी खप्न सक्छ। मध्यपहाडी भेगमा कार्तिक-मंसिर र लेकालीक्षेत्रमा चैत-वैशाखमा बीउ छर्नुपर्छ। यसको जरा गहिरो जाने र गाँज हाल्दछ। प्रतिरोपनी ६०० ग्राम बीज र ५०० बेर्ना लगाउँदा उत्तम खेती हुन्छ। यो पशुपालक अग्रज किसानले र कर्मयोगी सबैले खेती गरी लाभ लिनुपर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, बलकारक, मूत्रल, पत्थरीहर, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, पीडानाशक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, कमलपित्त, अम्लपित्त, जोर्नी दुख्ने, शारीरिक कमजोरी, पिसाबको रोग, रक्तपित्त, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। जराले मनुष्यलाई शक्ति दिन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

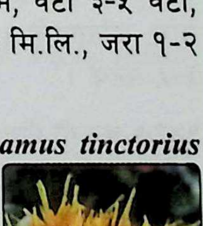
### १४१२. कुरिलो, शतावरी, शतमूली, झिँझिरकाँडे, Nye Shing (Am), Asparagus Root, Satawori Plant, *Asparagus racemosus* (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो वनेलु कुरिलो ३२०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । तीक्ष्णकाँडाले युक्त ३-५ फिटसम्म अग्लो झाडी, पात एकदम मसिनो, फूल सफेद र सानो, सयजति जरा धेरै दूधयुक्त, केही पहैंलो, गोलाकार फलभित्र दिउली-बीज तेलीय हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, अग्नि-उद्दीपक, पुष्टिकर, बुद्धिवर्द्धक, कामोद्दीपक, मूत्रल, अवस्थास्थापक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, स्मरणशक्तिदायक, रक्तदोषहर, गर्भरक्षक, बलकारक, रक्तपित्तनाशक दिव्यौषधि मानिएको छ । कुरिलोको जरा कार्तिक-मंसिरमा मसिना जरा छोडेर अरू सङ्कलन गरी धोइ-पखाली छोपी ३-५ मिनेट बफाउँदा पाक्छ । बाहिरको बोक्रा फ्याँकेर सुकाई कपडछान चूर्ण गराई राख्नुहोस् । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, गानोगोला-गुल्म-शूल, अम्लपित्त, रक्तविकारसम्बन्धी रोग, पेटका विविधरोग, सङ्ग्रहणी, मूत्रविकार, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, सुजाक, धातुरोग, प्रमेह, प्रदर, मधुमेह, उच्च-निम्नरक्तचाप, वीर्यपातलो, शीघ्रपतन, अग्निमन्द, शारीरिक कमजोरी र पागलपन, रक्तस्राव, खुनीअर्श, रक्तपित्तविकारमा, स्त्रीरोग-मासिकधर्मको कष्ट, माताको दूध कम आउने, गर्भाशय अशुद्धि, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो परमऔषधि अमृत, निर्दोष र मानवोपयोगी कन्दमूल हो । **मात्रा** : लेदो/रस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, मुना चटनी ५-१५ ग्राम, तरकारी/सागरस ३० -१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १४१३. कुरिलो मीठो, मीठो झिँझिरकाँडे, Sweet Asparagus Plant, *Asparagus officinalis* (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो तराईदेखि ३२०० मिटरका ठन्डा हावापानीसम्ममा पाइन्छ । यो मलिलो चिस्यान माटोमा ३-५ फिटसम्म अग्लो सर्वत्र हुन्छ । यसमा काँडा कम हुन्छ, जरा सेतो, थोरै र छोटो रहन्छ । एकपटक खेती गरेपछि धेरै वर्षसम्म कलिलो मुना नयाँ टुसा निकाल्दै खान/बेच्न सकिन्छ । सप्रेको बिरुवाबाट बीज सङ्कलन गरी छर्न र बिक्री गर्न मिल्छ । सुक्खा याममा पानीको व्यवस्था गर्न सकेमा सधैं नयाँ मुना आइरहन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, दुग्धवर्द्धक, मूत्रल, शीतल, रस-रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर र जीवनीयतत्त्वरक्षक, रजःवीर्यसुधरक, बलवर्द्धक, तृप्तिदायक, रक्तविकारहर, कामोद्दीपक, आयुर्वर्द्धक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुब्लो, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राको घाउ-खटिरा, स्तनमा दूधको कमी, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कुपोषण, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कमलपित्त, योनिको सुक्खापन, सुकेनाश, विस्मृति, बलवीर्यको अभाव, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, गर्भसुकेको, पित्त-गर्मीज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, कुरिलो मुना साग-तरकारी ५०-१०० ग्राम, मुनास्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., जरा १-२ वटा, बीज १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४१४. कुसुमे तेल, कुसुमकेशव, Safe, Saf Flower, Family: Asteraceae, *Carthamus tinctorius* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो मानववस्तीमा विश्वभरि सर्वत्र हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो हिउँदे नगदेबाली हो । यो उच्चगुणस्तरीय हिउँदे तेलबाली हो । यो कालो मलिलो माटोमा राम्रो खेती हुन्छ । यो २०-४० से. तापक्रममा खेती गरिएको छ । यो अरू तेलभन्दा ३ गुणा धेरै मूल्यमा बिक्री हुन्छ । यो ८०-१०० से.मि. अग्लो, दाना तेलीय,

रातो/सुनौलो/पहेँलो फुल्छ, तेल पहेँलो रङको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, फूल र जरा। **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, आमवात, दुब्लाउने, सुजाक, प्रदर, धातुरोग, मृगी-छारे, टाउको दुख्ने, दम, खोकी, कर्णशूल, दाद, दुबी, लुत्तो, पिलो इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको दाना भुटेर खाँदा तुरुन्तै शक्ति बढाउँछ। यसको दानामा ३०-३५% तेल, १३.५% प्रोटिन, १७.९% कार्बोहाइड्रेट, ३४.९% रेसा, ५% खनिज र अरू पानी हुन्छ। यसको पिना पशुहरूका लागि राम्रो चारा मानिन्छ। **मात्रा :** दाना ५-१० ग्राम, तेल ५-७ ग्राम, जरा चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१४१५. कुकुरदाइनो गर्मीको, अमृतोपहिता, ठूलो चोपचिनी, डनकरोट, कुकुलेठी, Green Briers Plant, Tropical Prinkly Ivys, *Smilax ovalifolia*** (Family : Smilacaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो विशाल झ्याङ, पात लाम्चो, पाकेपछि गोलो रातो तेलीयगेडा, काण्डमा उल्टो लामो काँडा, पतझर, असार-साउनमा नयाँ मुना निस्कन्छ, यसको स्वाद केही मिठो, टर्रो, हल्का तितो, परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तविकारनाशक, स्त्रीरोगमा लाभदायक, अग्निप्रदायक, त्रिदोषनाशक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, वेदनाहर, शोथघ्न, अर्बुदहर, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रगतविकार, कब्जियत, पक्षाघात, सन्धिवाथ, मृगी, अपस्मार, उन्माद, रजोदोष, वीर्यदोष, भिरङी-फिरङी-सुजाकरोग, चर्मरोग, प्रदर, कष्टदायक मासिकअधर्म आदि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, चोपचिनी १-२ ग्राम, खुदो १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१४१६. कुकुरदाहिनु लेकाली, करोट, द्वीपान्तरवचा, चोपचिनी, कुकुलेठी, Rough Bind Plant, *Smilax aspera*** (Family : Smilacaceae)

**चिनारी :** यो १०००-२५०० मिटरका समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको विशाल झ्याङ, काण्डमा काँडा, पात लाम्चो, पतझर, जरा सेतो, गोलो रातो गेडा, चैत्र-वैशाखमा नयाँ मुना निक्लन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, पात, मुना, काण्ड, फल र फूल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तशोधक, त्रिदोषविकारहर, पीडानाशक, अर्बुदहर, स्त्रीधर्मपालक, अग्नि-उद्दीपक, चर्मविकारनाशक, पित्तनाशक, कलेजो पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, प्रदर, मासिकधर्म, रक्तदोष, मधुमेह, पिसाबको समस्या, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त, वातरक्त, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/रस ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि, साग ५०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१४१७. कुटकी पीत, कटुमहातीक्ता, कटुकी, होङलेन, Picrorhiza Yellow Root Plant, *Neopicrorhiza* sp.** (Family : Plantaginaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुमा हिमालकै फेदतिर ३५००-४८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो आधा-एकफिट अग्लो, बहुवर्षायु, पात चेप्टो लामो विभिन्न नापका, पीतजरा भुइँमा फैलिन्छ र काण्डमा जान्छ। निलो फुल्ने, थुङ्गामा फल १-२ से.मि.को जौसमान तेलीयबीज, साउनमा फुल्ने र असोजमा गेडा पाक्छ। स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, जरा, काण्ड, बीज र फूल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो

कलेजो पुष्टिकर, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, सर्वज्वरहर, पित्तनाशक-पत्थरीहर, हृद्य, रक्तशोधक, कुष्ठघ्न, मेदहर, मृदुरोचक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा अत्यन्त लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, विभिन्न हेपाटाइटिसहरू, कलेजो अर्बुद, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, पत्थरी, समस्त ज्वर, मोटोपन, रक्तदोष, कुष्ठ, चर्मरोग, पेटका जुका, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम, १-२ इन्चका जराका टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

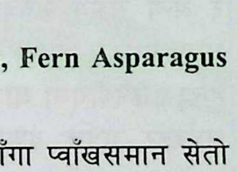
### १४१८. कुरिलो झुसे, वनशतावरी, वन सहस्रवीर्य, Hairy Wild Asparagus Plant, *Asparagus* sp. (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, मसिना पात, झुसे (रौं) भएको, थुङ्गो फूल, गोलाकार फल हुन्छ। स्वाद स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र मुना । फल बिक्री हुन्छ र काँडा, पात, डाँठ काँढापानीका लागि राम्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, ऋतुधर्मपालक, अस्थिपोषक, स्मरणशक्तिदायक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तरोगहर, रक्तविकारनाशक, स्तन्य-दुग्धवर्द्धक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्त्रीरोग, पत्थरी, पित्तरोग, मस्तक उष्ण-पागलपन, रजःवीर्यको कमी, स्तनमा दूधको अभाव, रगतको कमी, दुब्लाउँदै जाने, स्मृतिह्रास, मिर्गौला सुक्खा र निश्क्रिय, मूत्रकृच्छ्र, शरीर सुक्दै गएको इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, टुक्रा चुस्ने, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४१९. कुरिलो प्वाँख भएको, चिरियाकन्द, पङ्खे लेकशतावरी, Nye Shing (Am), Fern Asparagus Plant, *Asparagus filicinus* (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, दुवैतिर गएका हाँगा प्वाँखसमान सेतो फुल्ने, गोलो गेडा हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो, केही तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा दुग्धवर्द्धक, पुष्टिकर, मूत्रल, मिर्गौलामा उपयोगी, रगत शुद्धिकारक, अग्निवृद्धिदायक, वातरोगमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, अस्थिपोषक, तृप्तिकारक, ऋतुधर्मपालक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्तनमा दूध सुकेको, रगत कम, ढाड-कम्मरदर्द, कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, पित्तरोग, पत्थरी, रजवीर्यदोष, स्मरणशक्तिह्रास, कुपोषण, गर्भाशय-योनि सुक्खाराम, स्त्रीरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ चम्चा लेदो/चूर्ण, मुना ५० ग्राम, साग-रस र काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० मि.लि., जरा १-२ वटा, गेडा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४२०. कुटिलकोसा, मधुरबीजम्, नेकटी, Sleeping Plant Bird Vetch Plant, *Vicia sativa* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रका खेतबारीमा पाइन्छ । यो कार्तिक-मंसिरतिर उम्रन्छ, फूल कलेजीरङ र फागुन-असारसम्म कोसामा फलिरहन्छ । यो माससमान लामो लहरो मसिनु डाँठ हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राकर, मस्तिष्क पुष्टिकर, स्मरणशक्तिदायक, दर्दहर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, कफनिस्सारक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, जोर्नीवाथ, कुपोषण, दुब्लाउँदै जाने, अनिद्रा,

जोर्नी दुख्ने, दिमागी कमजोरी, मानसिकरोग, पागलपन, छारे-मृगी, शिरमण्डलरोग, स्मरणशक्तिह्रास-बुद्धिभ्रम, हाड-ढाडको रोग, क्षयरोग, रजवीर्यदोष, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ताजा गेडा १०-३० ग्राम, धूलो १-३ चम्चा ३-५ पटक।

### १४२१. कुकुरघाँस, ठूलो धुर्सुल, **Dog Grass**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो फराकिलो झुसिलो-फुस्रो, फूल नीलो-सेतो, पुष्प छिप्पिएपछि गेडाहरू पाक्छन्, सेता गोलाकार तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। केही रोग लागेमा कुकुरले यो खाने गर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, पेटको रोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, ज्वरघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मोटोपन, कामला, गानो-गोला, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, दाद, कुष्ठ, जनैखटिरा, यौनरोग, पेटका कृमि, ज्वर, कलेजोरोग, अरुचि, अजीर्ण, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा २-३ पटक।

### १४२२. कुरकुरेझार, आँख्ले, सेड, आख्चिम्का, पर्वतृण, **Small Horse Tail Plant, *Equisetum ramosissimum*** (Family : Equisetaceae)

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो सुक्खायाम र हिउँदतिर चिस्यानमा र अन्य समय सर्वत्र मिल्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात हुँदैन, हाँगाहरू धेरै हुने, घोगामा फल लाग्छ र पहेँलो हुन्छ। यसको स्वाद तीतो केही खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, मूत्रल, व्रणरोपक, मेदहर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, यौनरोगहर, यकृतपोषक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, खिल पल्टेको, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गोरोपन, कलेजोरोग, ज्वर, पत्थरी, यौनरोग, छालारोग, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, मूत्ररोग, रक्तरोग, उदरशूल, पेट पोल्ने, जनैखटिरा, दादुरा, दाद, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १४२३. कुरकुरे लहरो, कुरकुरेलता, तृणाख्य, बृहत्पर्वतृण, ठूलो आँख्ले, **Long Horse Tail Plant, Big Shave Grass, *Equisetum* sp.** (Family : Equisetaceae)

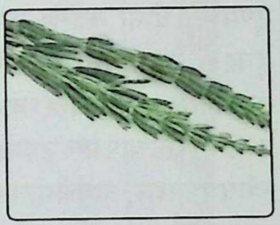
**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो वा कुनै बिरुवामा सहारा पाएमा धेरै फैलिन्छ-लहरिन्छ। यसको पात हुँदैन, हाँगाहरू सुइरे हरिया, हाँगामा सुनौलो फल फल्छ, घोगाभित्र स-साना बीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद तीतो-हल्का खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तहर, पत्थरीनाशक, मूत्रल, ज्वरघ्न, मेदहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, यकृतपोषक, अर्शोघ्न, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, मूत्ररोग, ज्वर, मूत्राघात, छालारोग, कलेजोरोग, रक्तपित्त, कामला-सबै हेपाटाइटिसहरू, पत्थरी, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, मोटोपन, घाउ-खटिरा,

गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने-दुख्ने, अर्श, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १४२४. कुटिलकोसा सुनौलो वर्णको, मधुरबीजम्, नेकटी, Golden Sleeping Plant, *Vicia* sp. (Family : Fabaceae)

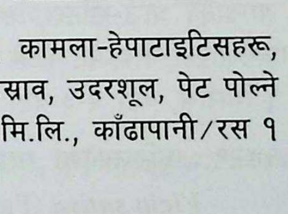
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ। यो लहरो मसिनु डाँठ हुन्छ। यो कार्तिक-मंसिरतिर उम्रन्छ, फूल सुनौलो फुल्ने, फागुन-असारसम्म कोसामा फलिरहन्छ, फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो र स्वभाव शामक-उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राकर, मस्तिष्क पुष्टिकर, स्मरणशक्तिदायक, दर्दहर, बलकारी, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, अनिद्रा, जोर्नी दुख्ने, दिमागी कमजोरी, मानसिकरोग, पागलपन, छारे-मृगी, शिरमण्डलरोग, स्मरणशक्तिह्रास-बुद्धिभ्रम, हाड-ढाडको रोग, क्षयरोग, रजवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १०-३० ग्राम ताजा गेडा, धूलो १-३ चम्चा, साग वा दाल ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १४२५. कुरकुरे पात झुप्पामा हुने घोडीको पुँछ बालीसेड, आख्चिस्का, घनापर्वतृण, Field Horsetail Plant, *Equisetum arvense* (Family : Equisetaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु ५०-१०० से.मि. अग्लो र ३-५ मि.मि. व्यास भएको, प्रत्येक २-५ से.मि.मा झुप्पामा गाँठा लाग्छ, मसिना डाँठहरूको पुच्छर पातको झुत्तो हुन्छ। यसको स्वाद तीतो-खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तघ्न, पत्थरीहर, मेदहर, रक्तशोधक, मासिकधर्मनियामक, मधुमेह तथा रक्तचापमापक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, ज्वरघ्न, रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिसहरू, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, प्रमेह, रक्तस्राव, उदरशूल, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १४२६. कुरकुरे गाढा हरियो डाँठ भएको हरितपर्वतृण, आख्चिम्का, आँख्ले हरियो, Raugh Horsetail Plant, *Equisetum hyemale* (Family : Equisetaceae)



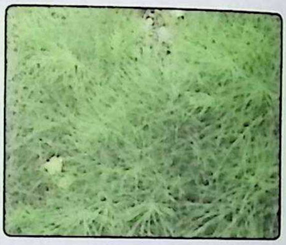
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका पाइन्छ। यो सिमसारक्षेत्र हिलो-गिलो पारिलो चिस्यान (ढाप) मा मिल्छ। यो वर्षायु २-५ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहन्छ, गाढा हरियो डाँठ हुन्छ, यो फुल्दैन, डाँठको टुप्पामा हरियो घोगा लाग्छ र छिप्पिएपछि पहेँलो हुन्छ। यसको स्वाद तीतो केही खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, रक्तस्रावनियन्त्रक, मेदहर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मधुमेह तथा रक्तचापमापक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, मोटोपन, कलेजोरोग, ज्वर, कामला-हेपाटाइटिसहरू, मधुमेह, प्रमेह, उच्चरक्तचाप,

अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, दादुरा, जनैखटिरा, रक्तदोष, दुबी, दाद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म ३-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-७ ग्राम ३-५ पटक।

### १४२७. कुटिलकोसा सेतो वर्णको, मधुरबीजम्, नेकटी, **Bird Vetch Sleeping Plant,** ***Vicia sativa*** (Family : Fabaceae)

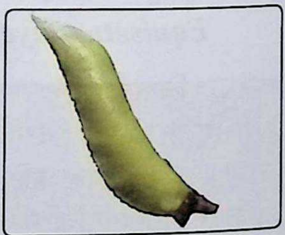
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लहरोमा मसिनु डाँठ हुन्छ। यो कार्तिक-मंसिरतिर उम्रन्छ, फूल सेतो फुल्ने, फागुन-असारसम्म कोसामा फलिरहन्छ भित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण शामक। **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राकर, मस्तिष्क पुष्टिकर, स्मरणशक्तिदायक, दर्दहर, बलकारी, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, अनिद्रा, जोर्नी दुख्ने, दिमागी कमजोरी, मानसिकरोग, पागलपन, छारे-मृगी, शिरमण्डलरोग, स्मरणशक्तिह्रास-बुद्धिभ्रम, हाड-ढाडको रोग, क्षयरोग, रजवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग वा दाल ३०-१०० ग्राम, १०-३० ग्राम ताजा गेडा, धूलो १-३ चम्चा ३-५ पटक।

### १४२८. कुरकुरे सर्पसमान, सर्पआँख्ले घाँस, आख्चिस्का, **Snake-Horsetail Grass,** ***Equisetum* sp.** (Family : Equisetaceae)



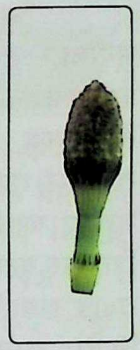
**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, डाँठमा चारैतिर गएका पातहरू, हेर्दा सर्पसमान देखिन्छ, टुप्पामा घोगा लाग्छ। यसको स्वाद तितो केही खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, मूत्रल, विषघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, मेदहर, नेत्ररक्षक, स्त्रीधर्मपालक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आँखारोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, ज्वर, रक्तस्राव, मोटोपन, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, दादुरा, जनैखटिरा, दाद, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १४२९. कुटिलकोसा प्याजी वर्णको, मधुरबीज, नेकटी, **Bird Vetch red white Sleeping Plant** ***Vicia sativa*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ। यो कार्तिक-मंसिरतिर उम्रन्छ, फूल प्याजीवर्णको, पुष्टफल फागुन-असारसम्म कोसामा फलिरहन्छ। यो माससमान लामो लहरो मसिनु डाँठ हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वाद मीठो र स्वभाव शामक उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राकर, मस्तिष्क पुष्टिकर, स्मरणशक्तिदायक, दर्दहर, बलकारी, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अतिश्रमको कमजोरी, दम, खोकी, अनिद्रा, जोर्नी दुख्ने, दिमागी कमजोरी, मानसिकरोग, पागलपन, छारे-मृगी, शिरमण्डलरोग, स्मरणशक्तिह्रास-बुद्धिभ्रम, हाड-ढाडको रोग, क्षयरोग, रजवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १०-३० ग्राम ताजा गेडा, साग वा दाल ३०-१०० ग्राम, धूलो १-३ चम्चा ३-५ पटक।

**१४३०. कुरकुरे पानीमा हुने, मसिनो डाँठ धेरै गाँजिने आँख्लेझार, आख्चिम्का, ताल्चे, जलमे घोडेकी पूँछ्, जलपर्वतृण, Swamp Horsetail Plant, *Equisetum fluviatile*** (Family : Equisetaceae)



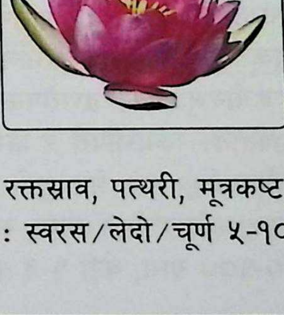
**चिनारी** : यो सबै हावापानीका पानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, टुप्पोमा कालो घोगा फल्छ । यो धेरै गाँजिन्छ र फैलिन्छ, सङ्लो पानीमा शोभा बढाउन खेती गरिन्छ । यसको स्वाद तितो केही खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मेदहर, चर्मरोगहर, रक्तदोषहर, अर्शोघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, कामला, रक्तपित्त, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तदोष, चर्मरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, उदररोग, अर्श, कब्ज, खिल पल्टेको, मुखपाक, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० रअर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१४३१. कुरकुरे ठूलो, बृहत्पर्वतृण, बडासेड, आख्चिम्का, घोडपूँछ, Great Horsetail Giant Plant, *Equisetum telmateia*** (Family : Equisetaceae)

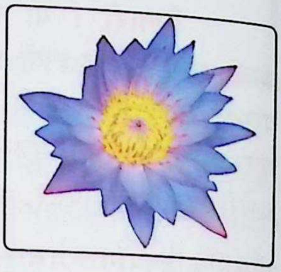
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, डाँठको गाँठा कालो, स-साना पातहरू काण्डको चारैतिर गएका घोडीको पुच्छरसमानका रौंहरू, फल टुप्पामा खैरो हल्का पहेँलो-रातो हुन्छ । यसको स्वाद तितो-खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, मेदहर, ज्वरघ्न, विषघ्न, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, मोटोपन, ज्वर, विषप्रभाव, चर्मरोग, रक्तदोष, मोटोपन, मूत्रकृच्छ्र, अर्श, मधुमेह, कामला, उच्चरक्तचाप, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, खिल पल्टने, उदरशूल, घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, कब्ज, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्र** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो २-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१४३२. कुमुद रातो, रक्तकमल सानो, रक्तकुमुद, Red Lily Small Plant, *Nymphaea rubra*** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः उष्ण क्षेत्रका जलाशयमा पाइन्छ । यो रातमा चन्द्रोदयसँगै फूल रातै फुल्दछ । पुष्पदण्डमा रातो फुल्ने, पात गोलाकार मांसल, जरामा गाना-उपजराहरू, पुष्प परिपक्वपछि कोसामा गेडाहरूभित्र सेतो पिठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा चिप्लो, निद्रादायक, रक्तशोधक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, अतिसार, रक्तातिसार, अर्श, आन्द्राको सुक्खापन, अधिकपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, रक्तस्राव, पत्थरी, मूत्रकष्ट, पाचनसंस्थापन सुक्खाराम, सुकेनाश, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, बीज १-३ वटा, जरा १-२ वटा, फूल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १४३३. कुमुद नील-सुनवल, नीलोत्पल, निलकमल, Blue Lily Sunahari Plant, *Nymphaea stellata* (Family : Nymphaeaceae)

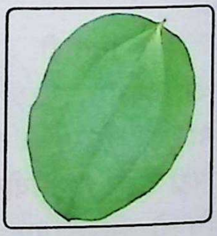


**चिनारी** : यो गर्मी क्षेत्रका जलाशयमा रातमा चन्द्रोदयसँगै नीलो फुल्छ केशर सुनौलो र रातो हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, पित्त-पत्थरीनाशक, सुकेको मिर्गौला/फियोमा उपयोगी, निद्रादायक, सुगन्धदायक, शीतल, पित्तनाशक, कपालरक्षक, रुचिकारक र धातुपुष्टिकर, निद्राकर, रजःवीर्यसुधारक, तनावहर, तृप्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : मूत्राशयको बिरामी र थोपा/थोपा मुत्नेमा यसको जराले तत्काल लाभ दिन्छ । यसको फूल र जरा पत्थरी हटाउने, पित्तज्वर घटाउने, अम्लपित्त र कमलपित्त ठीक गर्छ, यसले रक्तपित्त, कलेजोरोग, पित्तज्वर, रक्तस्राव, अपस्मार, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ माना, स्वरस ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १४३४. कुश, दर्भा, डाभ, शक्तिकुश, Holy Kush Plant, Big Card Halfa Grass, *Desmostachya bipinnata* (Family : Poaceae)

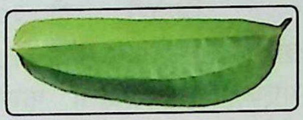
**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो बालामा सेतो/रातो फुल्ने, भालाकार पात, २-५ फिट अग्लो, जरा सेता प्रशस्त हुन्छन् । यो सर्वत्र हुने कुश कुशेऔंशीको पुण्यदिनमा पवित्र औषधिलाई पूजा गर्ने सनातन परम्परा छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, वेदनाशामक, चर्मरोग, वातव्याधिहर, शोथघ्न, पित्तपत्थरीहर, पुष्टिकर-बलकारी, कफनाशक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशयशक्तिदायक, कफनिस्सारक मानिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण । **औषधीय उपयोग** : यसले मिर्गौलापत्थरी, प्यास, श्वासरोग, कमलपित्त, मूत्राशयसम्बन्धी रोग, जलोदर, मूत्रकृच्छ्र, वमन, पित्तपत्थरी, पौरुषग्रन्थि वृद्धि, गर्भपात, दम, खोकी, मूत्रपिण्डवृद्धि, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, धनुर्वात, गृध्रसी, आमवात, कमजोर स्नायुतन्तु इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरस ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १४३५. कुकुरदाहिनु लेकाली सानो पाते, उषवाः, डाइनकरोट, कुमारिका, Green Brier Plant, *Smilax zeylanica* (Family : Smilacaceae)



**चिनारी** : यो लेकतिर १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सानो चेप्टो पात, फूल सेतो-पहेँलो, प्रशस्त गोलो गेडा सानो हुन्छ । वैशाख-जेठतिर कलिलो रातो मुना निस्कन्छ, फुल्छ र फल्छ । यो लहरा बढ्दै गएर ३-५ फिट लामो हुन्छ र झ्याङ लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, हृदयरोगमा हितकारी, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, मूत्रल, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : कमलपित्त र अम्लपित्त, रक्तक्यान्सर, अर्बुद, छालाका रोग, फियो र मिर्गौलाका समस्या, कलेजो सुन्निएको, ज्वर, पेट दुख्ने-पोल्ने, प्रदर, मासिकअधर्म, मधुमेह आदि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४३६. कुकुरदाहिनु आयाताकार पाते, बृहत्अमृतोपहिता, बडीकुकुलेठी, बृहत्उषवा, **Big Green Briers Plant, *Smilax ovalifolia*** (Family : Smilacaceae)

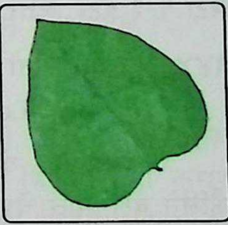


**चिनारी** : यो १८०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो विशाल लता ठूलो लामो झ्याङ, डाँठमा काँडा, आयाताकार पात, हरियो फुल्ने, गोलो फलभित्रतेलीय गेडाहरू झपक्कै फल्छन् । स्वाद तितो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कलिलो मुना, पात, डाँठ, जरा, गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, मूत्रल, मासिकधर्म शुद्धिकर मानिन्छ । औषधीय उपयोगः मासिक घटीबढी, प्रदर, गर्भाशयज्वर, यौनरोग, पित्तवातज्वर, रगतविकार, हेपाटाइटिस-कमलपित्त गाँठा-गिर्खा निक्लने, मधुमेह, आन्द्राको घाउ, मिर्गौला, फियोरोग आदि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, तेल १०, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १४३७. कुकुरदाहिनी, कुत्ताडाइनो, हरितकुमारिका, **Greenyellow Himalayan Smilax Vine, *Smilax* sp.** (Family : Smilacaceae)

**चिनारी** : यो ३५००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो हरियो डण्ठल, सानो पात, फूल हरियो-पहेँलो फुल्छ, प्रशस्त गोला गेडा फल्छ, वैशाख-जेठतिर कलिलो रातो मुना निस्कन्छ, लहरा बढ्दै गएर १-३ फिट लामो हुन्छ र झ्याङ लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, हृदयरोगमा हितकारी, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, मूत्रल, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : कमलपित्त र अम्लपित्त, रक्तक्यान्सर, अर्बुद, छालाका रोग, फियो र मिर्गौलाका समस्या, कलेजो सुन्निएको, ज्वर, पेट दुख्ने-पोल्ने, प्रदर, मासिकअधर्म, मधुमेह आदि सन्चो गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४३८. कुकुरदाहिनी रातो, लालवनघोचुवा, रक्तकुमारिका, **Red Himalayan Smilax Vine, *Smilax* sp.** (Family : Smilacaceae)



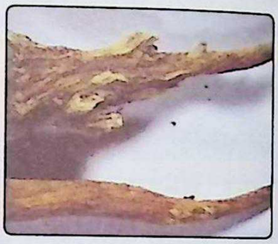
**चिनारी** : यो ३५००-५००० मिटरमा पाइन्छ। यो रातो डण्ठल, सानो पात, फूल राता फुल्छन्, प्रशस्त गोला गेडा फल्छन्, तेलीयबीज हुन्छन् । वैशाख-जेठतिर कलिलो रातो मुना निस्कन्छ। यो लहरा बढ्दै गएर १-३ फिट लामो हुन्छ र लहरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, हृदयरोगमा हितकारी, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, मूत्रल, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : कमलपित्त र अम्लपित्त, रक्तक्यान्सर, अर्बुद, छालाका रोग, फियो र मिर्गौलाका समस्या, कलेजो सुन्निएको, ज्वर, पेट दुख्ने-पोल्ने, प्रदर, मासिकअधर्म, मधुमेह आदि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म २-३ ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४३९. कुकुरदाहिने बाघमुखे पाते, रामदतोन, महाकबरासा, Shape of Tiger Mouth Smilax Creeper, *Smilax prolifera* (Family : Smilacaceae)

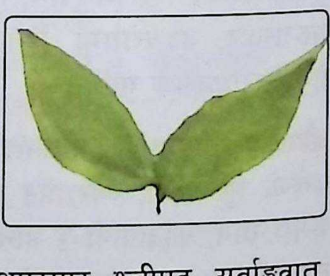
**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो धेरै फैलिने लहरा हो, यो पराश्रयी लता हो । गोलाकार पात, डाँठमा काँडा भएको, फूल पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज, जरा लामो फैलिन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । स्वाद तीतो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मूत्रल, पत्थरीहर, यकृतपोषक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्म नियामक, रक्तरोगहर, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, कलेजोरोग, मासिकअधर्म, ज्वर, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, अर्बुद, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-१० वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४४०. कुठ मीठो, कुष्ठमधुरम्, Kustha Sweet plant, Costus Root, Ruta (Am), *Saussurea lappa* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो कुठ हिमालय क्षेत्रमा २६००-४५०० मिटरसम्म पाइने बहुवर्षीय ५-७ फिट अग्लो दृढ बलियो बिरुवा हो । यसको पत्ता दन्तुर ३-४ फिट लामो त्रिकोणाकार, फूल एक अङ्गुल गोलो गुच्छादार गहिरो सुनौलो रङ, चौथाइ अङ्गुल लामा फलभित्र तेलीयबीज, जरा चाम्रो हुन्छ । स्वाद मीठो केही तितो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : कुठ पित्तनाशक, पुष्टिकर, अग्निद्वीपक, सुगन्धदायक, विषघ्न, कफनिस्सारक, मूत्रल, वाजीकर, रसायन, अर्बुदहर, रक्तशोधक, समस्तरक्तदोषहर, रोगप्रतिरोधात्मक, केशरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, चर्मरोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले एचआईभी/एड्स, आमवात, वातजकफज्वर, जलोदर, शिरःशूल, समस्त कटिवात, रक्तरोग, अर्बुद, क्षयरोग, गाँठा-गिर्खा, श्वासप्रश्वासरोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, कलेजोरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, दम, खोकी, श्वासनली र गर्भाशयरोग, ज्वर, विषाक्तप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो आधा-एक ग्राम र तरलतत्त्व २-३ थोपा, चूर्ण ३-५ ग्राम, लेदो स्वरस १०-२० मि.लि., काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १४४१. कुचिलो सेतो फुल्ने, वल्लिकाजिरम, कूचला, Nux Vomika Plant, *Strychnos bourdillonii* (Family : Loganiaceae)



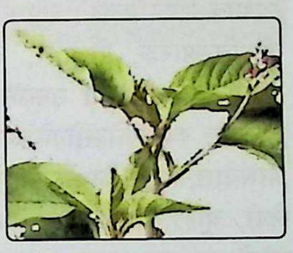
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-१०० फिट फैलिने वृक्ष, पात चेप्टो, फूल सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीय तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ, स्वाद टर्रो-तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, पीडानाशक, मेदहर, मदकारक, निद्राजनक, कफनिस्सारक, वामक, पित्तनाशक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पक्षाघात, हाडको रोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, नसारोग, मृगी, अपस्मार, श्लीपद, सर्वाङ्गवात,

मोटोपन, अनिद्रा, पागलपन, गृध्रसी, धनुर्वात, लिङ्गशिथिल, नपुंसकता, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### १४४२. कुरिलो त्रिकोण डाँठको, शतवरीबडी, कण्टकी महाशतावरी, **Asparagus Big Neddle Creeper,** ***Asparagus gonoclada*** (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो शतवरी कुलको लहरो वनस्पति हो । यो विशाल झ्याङ, कण्टकीय झाडी, धेरै हाँगाबिँगा भएको, पहेँलो वर्णको, पुष्पदण्ड कमलो नलीसदृश हरियो त्रिकोण भएको, पात संयुक्त मसिना, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ, जरामा अनन्तमूल थुम्सेभरि ३०-५० किलो फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद नयाँ ताजा केही खिहिन्याउँछ, पछि अति मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, स्तनमा दूधवृद्धिदायक, व्रणरोपक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, स्तनमा दूधको कमी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दुब्लो हुँदै जाने, स्मरणशक्तिह्रास, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, गर्भरोग, मुखपाक, जिब्रो-मुखका बिबिरा, मिर्गौला-हृदय सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, पाकरस/खोले १ गिलास ३-५ पटक ।

### १४४३. कुठिञ्जर, मंजरिका, लटमहूरिया, **False Amaranth Plant,** ***Digera muricata*** (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका वर्षाऋतुमा प्रशस्त पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो आयाताकार, भदौ-कार्तिकमा बालामा गुलाबी रातो अथवा सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र सुनौला अथवा खराने तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकारक, कफनाशक, मलभेदक, रक्तवृद्धिदायक, पत्थरीहर, मूत्रल, पित्तरोगनाशक, अर्शहर, व्रणरोपक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, रक्ताल्पता, मूत्रविकार, मधुमेह, पत्थरी, अरुचि, पिसाबको रोग, आन्द्राका घाउ, अजीर्ण, रक्तविकार, चर्मरोग, दम, खोकी, धातुरोग, ज्वर, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग १ कचौरा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, भस्म १ ग्राम ३-५ पटक ।

### १४४४. कुकुरपोले, कुत्तापोलो, कुत्ते, **Kukurni Polo plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात लाम्चो-फराकिलो सालको पातसमान हुन्छ । यो फुल्छ र फल्छ । यसको पात मिचेर सुँघ्दा कुखुरा पोलेको गन्ध आउँछ । यसको स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, यौनरोगहर, मृदुरेचक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, दादुरा, लुत्तो, दाद, दुबी, कुष्ठ, दम, कफवृद्धि, अर्श, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, लहरे-पहरे खोकी, गुल्म, पिनास, कब्जियत, छालाको रोग, डन्डिफोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१४४५. कुकुरदाहिनु सानो चेप्टोपाते, सेतक चिनी, सफेद चोबचिनी, White Smilax Plant, *Smilax* sp.** (Family : Smilacaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण, समशीतोष्ण र शीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यो सानो लहरो, पात चेप्टो, डाँठमा काँडा भएको, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेतो, लता हल्का सेतो उज्वर हुन्छ । यसको स्वाद हल्का तितो केही मिठो र स्वभाव हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, यकृतसुधारक, रक्तशोधक, ऋृतुस्राव नियामक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, उदररोगमा उपयोगी, वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, ज्वर, पित्तरोग, पत्थरी, मिर्गौला सुक्ने, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, मूत्रकृच्छ्र, क्षयरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, कुपोषण, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, कलिलो पात मुन्टाको साग ३०-५० ग्राम, उसिनेको पाकरस ३०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१४४६. कुलञ्जन हिमाली पहेँलो, पीतकुलिञ्जन, हिमअदुवा, Hong Dou Kou, Galangal, Golden Root-Flower's Plant, *Alpinia galanga*** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण र अतिशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, लामा पात, हल्का पहेँलो-सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हल्का सुनौलो रङका, गाना सुनौलो बास्नादार हुन्छन् । यसको स्वाद पीरो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र फल । गुण-धर्म-धर्म : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पीडाहर, अर्बुदहर, शोथघ्न, अग्नि-उद्दीपक, कण्ठशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीको घाउ-खटिरा, टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, सुन्निने, दर्द, फोक्सोको अर्बुद, श्वासनलीको शिथिलता, रुघा, खोकी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, मुख-जिब्रोको घाउ, उदरशूल, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, गानो लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-५ ग्राम, फल १ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१४४७. कुसुम ठूलोपत्ते, एठ्यारा, कुसुम्ब, कुशुम्भ, Gum Lac Plant, Kusum Tree, *Schleichera oleosa*** (Family : Sapindaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको पात झर्छ र रातम्मै नयाँ पात पलाएर भरिपूर्ण हुन्छ। यो ६०-१२० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात आयाताकार, सुनौलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो-टर्रो-केही तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बीज, बोक्रा, पात र चोप । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, रक्तशोधक, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, उदरशूल, रक्तरोग, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, ज्वर, जोर्नीवाथ, आमवात, अर्श, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

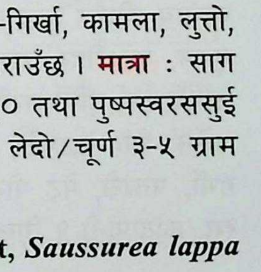
### १४४८. कुसुमफूल, कुसुम्भपुष्प, वस्त्ररञ्जकपुष्प, Kusum Flower Tree, *Carthamus tinctorius*
(Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, सेतो वर्णको काण्ड र हाँगाहरू पातलो, पात किनारा काटिएको लामो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल-बीज, बोक्रा र पात । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो परपराउँछ र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, पित्तनाशक, निद्राकारक, केशरञ्जक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर, मूत्रल, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातव्याधिहर, अग्नि-उद्दीपक, त्वग्विकारहर, वातपोषक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पाण्डू, कामला, मूत्रकृच्छ्र, चिसो-रुघा, कफग्रस्त समस्या, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मासिकअधर्म, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, भयानक घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, चूर्णबीजतेल १० र फूलस्वरससुई २-१० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४४९. कुसुम-फूल काँडा भएको, कुसुम कन्टक, Needle Kusum Flower, *Carthamus tinctorius*
(Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो किनारा काटिएका काँडादार, केशर रङको फूल, काँडादार पिताभ-रक्त वर्णको बास्नादार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, केशरञ्जक, तृप्तिकारक, मूत्रल, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, वातपुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, दम, खोकी, पिनास, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कामला, लुत्तो, दादुरा, जनैखटिरा, रक्तपित्त, उदरशूल, जोर्नीवाथ, पक्षाघात-अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग बफाएको/उसिनेको/पकाएको २०-५० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० र बीजतेल १०-३० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १४५०. कुठ तितो सानो, कुष्ठनाशककुष्ठ, तिक्तकूठ, Bitter Costus Root Plant, *Saussurea lappa*
(Family : Asteraceae)



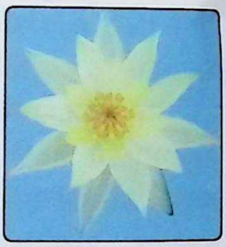
**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पत्रदण्ड १-३ फिट लामो-फराकिलो चुच्चो परेको-विषम दन्तुर छत्राकार-निहुरिएको, फूल भण्टा रङको/नीलो/कलेजी/गुलाबी/रातो/सेतो हुन्छ । यसको फल चारकुने दाँतेभित्र तेलीय बीज चेप्टो, जरा बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो, केही सुगन्धदायक लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रोगप्रतिरोधात्मक, जन्तुघ्न, कुष्ठघ्न, रसायन, चर्मरोगहर, यौनरोगहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, कफनिस्सारक, केशरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, भयङ्कर घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दाद, दुबी, रक्तरोग,

रक्तदोष, मोटोपन, यौनरोग, पेटका कृमि, कलेजोरोग, ज्वर, अजीर्ण-अरुचि, मन्दाग्नि, सङ्ग्रहणी, आमातिसार, उदरशूल, दम, खोकी, हिक्का, अपस्मार, मासिकअधर्म, तालुखुइले, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अरिष्ट/आसव १०-३० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० तथा बीज तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, ३-५ पटक ।

### १४५१. कुमुदबीज, भैंट बेरा, **Nymphaea Seed Plant, *Nymphaea* sp.** (Family : Nymphaeaceae)

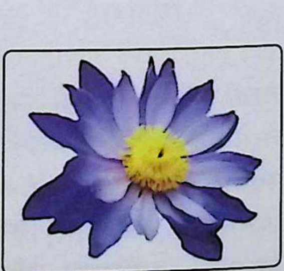
**चिनारी** : यो सबै हावापानीका जलाशयमा पाइन्छ । यो विशेष वर्षाकालमा पुष्पको बीचमा सुनौलो केशरको मध्यभागमा केही दिनपछि गोलो अनारजत्रो फल कोसामा सरस्यूँको समान लालीमायुक्त तेलीय श्वेतबीज हुन्छन् । यो पाकेपछि कालो देखिन्छ । यो बीज भुट्दा रामदानाझैं लावा सेतो फुल उठ्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पथ्यकारक, अग्निकारक, शीघ्रपाकी-पाचक, ज्वरघ्न, त्रिदोषजहारक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, कफनिस्सारक, वातपुष्टिकर, बलकारक, अतिश्रमहर, गर्भपोषक, सन्तानदायक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, अतिश्रमको पीडा, कटिवात, बाँझोपन, गर्भरोग, रक्ताल्पता, मुखपाक, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., धूलो ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४५२. कुमुद अति सानो सेतो, लघुश्वेतकुमुद, **White Tiny Nymphaea Plant, *Nymphaea pygmaea*** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । पानीमा पात तैरिन्छ, यो आधा-एक फिट अग्लो, पात गोलाकार, यो एक फिट दायाँ-बाँया फैलिन्छ, सेतो फुल्ने केशर पहेँलो, जरा पानीमुनि धेरै गाँजिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा लाभदायक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जलन, डाह-छटपटी, मूत्ररोग, स्मृतिह्रास, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, शारीरिक गर्मी, पत्थरी, पेट पोल्ने, उदरशूल, अर्श, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

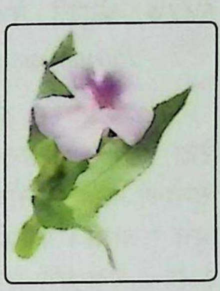
### १४५३. कुमुद सूँड परेको फूल, कोका, सप्ला, छोटासुन्डी, Kumuda Plant, ***Nymphaea edulis*** (Family : Nymphaeaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको जलाशयमा पाइन्छ । यो जमिनमा तैरिन्छ, पात गोलाकार, सूँड परेको फूलको डाँठ नीलो फुल्छ जरा पानीमुनि जम्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो, केही मिठो, हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, पित्तप्रकोप, रक्तपित्त, पत्थरी, खालित्य, इन्द्रलुप्त, दिवा अन्धता र रतौंधी, स्मृतिह्रास, मुखपाक, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने, उदर

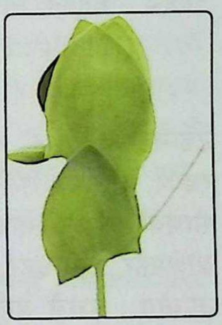
शूल, अर्श, कब्ज, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १४५४. कुत्री, कुत्रा, कुटा, **Finger Grass,** ***Limnophila aromatica*** (Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो चिस्यानमा मिल्छ । एउटैमा कैयौं रङ मिसिएका हुन्छन् । यो १-२ फिट अग्लो, पात १-२ अङ्गुल लामो कोणदार, फूल निलो-सेतो पत्रकोणमा १/१ लाग्छन्, ३-५ संयुक्त फल एउटै डण्डीमा शीतकालमा लाग्छ, तेलीयबीजहरू, बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्तन्यजनक, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, ज्वरघ्न, शान्तिदायक, वातावरणशोधक, पाचक, रेचक, व्रणरोपक, वातहर, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अपच, अजीर्ण, मन्दाग्नि, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, ज्वर, मृगी-अपस्मार, शिरोरोग, पिनास, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया, चटनी-अचार र साग खाने प्रचलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १४५५. केराउखुट्टे पहँलो, पीतमटर, स्वर्णबीज, कलाया:, **Yellow Pea Plant,** ***Lathyrus aphaca*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो वा लामो, हरियो पहँलो फुल्ने, पात दुवैतिर गएका चेप्टो मुलायम, घुम्रेका मुन्द्राहरू टेकाउने खुट्टो भएको, कोसामा फलभित्र गोलाकार तेलीय वा पिठोयुक्त बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, पात । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, बलकारक, वेदनानाशक, वाजीकर, रज:वीर्यसुधारक, शोथघ्न, बुढचौलीनाशक, रसायन, तृप्तिकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, कफग्रस्त दम-खोकी, रज:वीर्यदोष, पित्तरोग, अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा, कटिवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, साग-तरकारी २०-५० ग्राम, दाल/खोले/काँढापानी १ गिलास, रोटी १-२ वटा, भुटेको बीज २०-५० ग्राम, काच्चो वा भिजेको बीज २०-५० ग्राम, कलिलो कोसा ५०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १४५६. केतुकी, रामबाँस, तृष्णाकेतकी, रामकोटा, **Century Plant,** ***Aloe americana*** (Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पात लामो-धारिलो-भालाकार, कडा काँडादार, बेलनाकार, जरा भुइँमा गाँजिन्छन्, फूल हरियो-पहँलो घनामा सुरिलो पुष्पदण्डमा अग्लो भएर जान्छ र त्यसैमा फुल्छ जसलाई केतुकीको तामा भनिन्छ, अण्डाकार हरियो पाकेपछि पहँलो फलभित्र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद टर्रो-तीतो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, तापनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, वेदनानाशक, विषघ्न, दुर्गन्धहर, पुष्टिकर, स्वादिष्ठ, वातहर, रुचिकर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, मिर्गौला-यकृतपोषक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तवृद्धि, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, दुर्गन्ध, कलेजोरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ,

कटिवात, दम-खोकी, क्षयरोग, जलोदर, पेट पोल्ने, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, तामा तरकारी १०-३० ग्राम, तामो स्वरससुई ३-१०, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो भस्म १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

**१४५७. केतुकी नेपाली, केतकी, केवडा, सूचीपुष्प, कण्टदला, Umbrella Ketuki, Screw Plant, *Pandanus odoratissimus* (Family : Pandanaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-५० फिटसम्म अग्लो, सदा हराभरा रहने, हाँगाबिँगाहरू टेढा, पात ३-५ फिट लामा, झुकेको तिखो किनारा कण्टकित, सेतो फुल्ने सुगन्धदायक, फल गोलाकार पाकेपछि सुन्तला रङको तेलीय बीजहरू, वर्षामा पुष्प र शरद ऋतुमा फल लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, फल मूल र तामो। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ। यसको तामाको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाहर, पित्तनाशक, केशरक्षक, स्मरणशक्तिदायक, रक्तविकारहर, पत्थरीहर, व्रणरोपक, वातहर, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले शिरशूल, मस्तिष्क दुर्बलता, पुरानो घाउ-खटिरा, बन्ध्यारोग, आमवात, कपाल झर्ने, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, फल १ टुक्रा, फूल १ टुक्रा ३-५ पटक।

**१४५८. केतुकी स्वर्ण केतकी, पीतकेवडा, पीत केतकी, केतक, केवडा,** Screw Palm, ***Pandanus* sp.** (Family : Pandanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो मझौला वृक्ष, सदा हराभरा रहने, टेढामेढा हाँगाहरू, झुप्पामा पात काँडा भएका लाम्चो चुच्चो परेको, पुष्प सुनौलो, फल गोलाकार सुन्तला रङ्को, फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, मूल, फल र पात। यसको स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ र स्वाद कटु-तिक्त-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, केशरक्षक, आक्षेपहर, दुर्गन्धिहर, अर्बुदहर, मूत्रल, वेदनाशामक, गुल्महर, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पत्थरी, पिसाब कष्टता, घाउ-खटिरा, कपाल झर्ने, पित्त बढ्ने, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने, उदरशूल, गानो, आगोले पोलेको, अर्श, मुख-जिब्रोका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

**१४५९. केवडा हरियो साँगुरो पाते, Keuda Green Narrow Leaf Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो छिटो बढ्छ, यो ठूलो गाँज हुन्छ, लामो पात, हरियो/सेतो फुल्छ, फलमा तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो-तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, अर्श, रक्तदोष, रक्तरोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, उदरशूल, मूत्ररोग, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

**१४६०. केवडाश्वेत, केमरा सेतो, सफेद केवडा, White Kemara Plant, White Pandanus Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, अदुवा पातसमान लाम्चो

आयाताकार, सेतो फुल्ने, तेलीयबीजहरू, धेरै गाँजिने, जरामा सेता लाप्सा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मुना, बीज र चोप । यसको स्वाद तीतो केही खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपोषक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, उदररोगहर, मेदहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, मधुमेहहर, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, अम्लपित्त, कामला, कलेजोरोग, अर्श, गानो, मोटोपन, मधुमेह, रक्तदोष, रक्तपित्त, अजीर्ण, कानको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। मात्र : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

१४६१. केरा सुनौलो सानो, सुवर्णकदली, सुनकेला, मालभोगकेरा, कनकरम्भा, स्वर्णफला, **Plantain Golden Banana, Malvog Banana Plant,** ***Musa sapientum*** (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । केराको थाम ३-७ फिट अग्लो, सुप्लोमा पात लामो ३-५ फिट र १-२ फिट चौडा फराकिलो, मांसल, कलेजी रङको बुङ्गो पत्रदार चेप्टो १-२ किलोको, पुष्प-फलदण्डमा १००-१५० वटासम्म कोसा लाग्ने पहेँलोभित्र सेतो घिउसमान रसदार गुदी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र फलको स्वाद मीठो अन्य भाग केही मिठो-हल्का खल्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पित्तज्वर निवारक, स्मरणशक्तिदायक, उदररोगमा उपयोगी, शिरमण्डलको उष्णता-पागलपनमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्मी गढेको, पित्त बढेको, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, मानसिकरोग, तनाव, अपस्मार, मृगी-छारे, उच्चरक्तचाप, अर्श, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, आन्द्रा सुकेको सुकेनाश, कामला, कब्ज, पेटका घाउ-खटिरा, रक्तदोष, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/सेकेको/तताएको ३०-१०० ग्राम, फल १-५ वटा, फूलचूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

१४६२. केराघ्याम्पे सानो, काठेवनकेरा, ढुङ्गेकेरा, **Hybrid Banana,** ***Musa paradisiaca*** (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका पहाडी वनमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, मोटो थाम-घ्याम्पोझैँ, २-४ फिट लामो र पुष्प-फल दण्ड लामोमा फूल अण्डाकार-पत्रदार कलेजी रङको बुङ्गो र फल कोसा केराभित्र सेतो साह्रो कडा हुन्छ। काठसमान कडा भएकाले काष्ठकदली भनिएको हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बुङ्गो, पात, काण्ड, जरा । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल मीठो र अन्यभाग हल्का टर्रो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मिर्गौलादोषक, पत्थरीहर, मूत्रल, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, विषघ्न, सङ्ग्रहणी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, जलन, पेट पोल्ने, गर्मी गढेको, उच्चरक्तचाप, अर्श, हैजा, रक्तस्राव, पित्तरोग, कामला, अनिद्रा, तृर्खा लागिरहने, तनाव, शिर तात्ने, विषप्रभाव, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण१०-२० ग्राम, पकाएको साग तरकारी/उसिनेको/बफाएको/सेकेको/तताएको ३०-१०० ग्राम, खोले/रस/काँढापानी १ माना, फल १-३, बुङ्गो चूर्ण ३-१० ग्राम, पाकेको केरा १-५ वटा, केरारोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१४६३. केरा वनको, वनकेरा, गिरिकदली, वनकेला, गिरिरम्भा, Hill-Wild Banana, *Musa balbisiana***
(Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो पहाडी वनमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो थाम, लामा पातहरू, पुष्प-फल दण्डमा कलेजी वर्णको बुङ्गो र कोसापहेँलो फलभित्र सेतो गुदी र काला बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद कषाय फल हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, स्तम्भक, गर्मी-पित्तज्वर निवारक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, तनावहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तविकारहर, शिरमण्डल शीतलकारक, केशरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कामला, पित्तज्वर, पत्थरी, जलन, पेट पोल्ने, हैजा, रक्तस्राव, अमहिनामारी, प्रदर, मुखसुक्ने, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, तनाव, डाहा, शिरमण्डल तात्ने, उच्चरक्तचाप, मूत्राम्लदोषवृद्धि, रक्तदोष, कपाल झर्ने, पिसाबरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क र क्वाथ ३०-१०० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, पात र बुङ्गोको साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, केराफल/पात/गुबो/बुङ्गोको तरकारी-साग ३०-१०० ग्राम, काण्डस्वरससुई १०-२० मि.लि ३-५ पटक।

**१४६४. केराउ रगते, झुसे सानो, छोटीमटर, हरेणु, वर्तुल, कलायाः, Small Pea Plant, *Pisum* sp.**
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र खेती गरिएको छ। यो सूत्रहरू भएको फैलिने लता, झुसे, पात पक्षवत् १-३ जोडीमा, पुष्प भिन्न नापका द्विलिङ्गी, कोसाभित्र धेरै तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, पुष्टिकर, बलकारक, दाहशामक, कफपित्तनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, वेदनाशामक, अतिश्रममा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, शारीरिक दुर्बलता, पित्तविकार, कफवृद्धि, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, आन्द्रा सुक्दै जाने-सुकेनाश, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., कलिलो मुना/पात/डाँठको साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, उसिनेको/बफाएको/सेकेको ४०-५० ग्राम, पिठो ५-१५ ग्राम, सातु ३०-५० ग्राम, भुटेको ५० ग्राम, उसिनेको-पकाएको गेडा आधा-एक मुठ्ठी, हरियो रस १ गिलास ३-५ पटक।

**१४६५. केरापाते पुष्टकारी, कलेजीकेलडी, रक्तपुष्टकारी, Pink Canna Plant, *Canna edulis***
(Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, केराको पातसमान पातमा हल्का रातो घेरा, सोली आकारका रातो रङका फूलहरू, जमिनमुनि रातो गोलाकार वा डल्ला धेरै गानाहरू हुन्छन्। सङ्कलन समय : कार्तिकदेखि माघसम्म। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, बलकारक, स्मृतिदायक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, तनावहर, अतिश्रमको पीडाहर, पेटको रोगमा लाभदायक, वृक्कपुष्टिकर, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कब्ज, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, तनाव, पेट पोल्ने-दुख्ने, उदरशूल, गानो, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यविकार, ज्वर, रक्तस्राव, प्रदर,

मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, खोले १ थाली, तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १४६६. केरापाते पुष्टकारी सानो सफेद, धौलेकेलडी, फूलतरुलसेतो, White Canna Plant, *Canna* sp.

(Family : Zingiberaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात आयाताकार लाम्चो, सेतो फुल्ने, जरामा गाना सेता सेला हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्ताल्पता, घाउ-खटिरा, मिर्गौला सुक्खाराम, मूत्रकृच्छ्र, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मुख-जिब्रोका घाउ, धातुरोग, स्मृतिह्रास, अनिद्रा, कामला, अम्लपित्त, रक्तस्राव, हैजा, कब्ज, अर्श, पित्तज्वर, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-५ वटा, साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, ३-५ पटक ।

### १४६७. केरापाते पुष्टकारी प्याजी, बैजनीकेलडी, प्याजीपुष्टकारी, Onion Shaped Canna Plant, *Canna edulis* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, केराको पातसमान पातमा हल्का प्याजी घेरा, सोली आकारका प्याजी रङका फूलहरू, जमिनमुनी रातो प्याजजस्तै गोलाकार धेरै गानाहरू हुन्छन् । सङ्कलन समय : कार्तिकदेखि माघसम्म । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कन्द । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, बलकारक, स्मृतिदायक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, तनावहर, अतिश्रम पीडाहर, पेटको रोगमा लाभदायक, बृक्कपुष्टिकर, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कब्ज, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, तनाव, पेट पोल्ने-दुख्ने, उदरशूल, गानो, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यविकार, ज्वर, रक्तस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, खोले १ थाली, तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १४६८. केराउ हरियो, हरितकी मटर, हरेणु, कलायाः, Green Pea, Hariyo Kerau, *Lathyrus aphala*

(Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट लामो लहरा, रोमश, पात दुवैतर्फ बाँडिएका पुतलीका पखेटाझैं, फूल पहेँलो, फल कोशामा भित्र सुके पछिं पनि हरियो तेलीय बीज हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्रज्योतिरक्षक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक,

अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, हृदयहितकारी, जीवनीयत्त्वरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आँखाको समस्त रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तिहुन-तरकारी ५० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४६९. केशमहङ्गी, क्रेशमहङ्गी, क्रसमङ्गी, Kreshmangi Plant

**चिनारी** : यो १०-१५ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो, हाँगाहरू, मसिनो फूल, तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन् । यो १०-१५ वर्षमा तयार हुने सानो घाँसे रूख हो । यो सदा हराभरा रहन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, वायु गुल्महर, श्वासरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, पित्तज्वर, रक्तपित्त, उदररोग, गुल्म, श्वासरोग, दम, खोकी, रक्तविकार, छालाको रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४७०. केरापाते फूल, रागशोषक, Leaf of Banana Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिम्ट्याइलो रातो माटोमा पाइन्छ । तापक्रम : यसले २०-४० डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रम सहन सक्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, केरासमान पात केही सानो, एक काण्ड, फूल र फल सबै केराजस्तै वनस्पति हो। यसको तेलीयदाना लाग्दछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। यसको स्वाद कषाय-अति टर्रो र स्वभाव अति उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, शोथहर, चर्मरोगहर, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, उत्तेजक, जलशोषक, अग्नि-उद्दीपक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, व्रणसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यो पिसेर सुन्निएको, दुखेको, रागिएको स्थानमा लेपन लगाउँदा छिटो सन्चो गराउँछ । लेप ३-५ पटक लगाए दिनभरमा सन्चो पार्छ । यसले समस्त प्रकारका छालाका रोगमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/ धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, लेपन २-३ पटक ।

### १४७१. केलडी कर्कलो, देशी पिँडालु, केरा कर्कलो, White Root Canna Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यान माटोमा पाइन्छ । यो गोलो/च्याप्टो पात, सुरिलो, ठूलो गाँज जराबाट गाँजिएर आउने, जरा, (गाना) सेतो हुन्छ । स्वाद मीठो चिप्लो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा वा गानो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रेचक, उदर शुद्धिकर, पित्तनाशक, कलेजो ज्वरनिवारक, स्मरणशक्तिदायक, स्नेहन, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्जियत, अर्श, अम्लपित्त, रक्तपित्त, ज्वर, आन्द्राको खस्रो-सुक्खापन, पेटको जलन, दुब्लो, धातुरोग, मस्तिष्क गर्मी, कमलपित्त, पित्तवृद्धि, पत्थरी, उदरशूल, मूत्ररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, उसिनेको/बफाएको/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**१४७२. केलडीझुसे, धौले सर्वजया, सेतो केरापाते पुष्टकारी, White Hairy Canna Plant, *Canna* sp.** (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो क्षारीय फुस्रो हल्का माटोमा धेरै पैदा हुन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, पात केरासमान, जरा/गाना सेता हुन्छन्। यो सदा हराभरा हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा/गाना, फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टकारी, मूत्रल, रक्तशोधक, तृप्तिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, फूल आँखामा लाभदायक, रक्तवर्द्धक, व्रणसुधारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। यसको गाना उसिनेर खाने प्रचलन छ। **औषधीय उपयोग** : यसले धातुरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, जोर्नी खुकुलो, रगतको कमी, आन्द्राको गाँठा-गिर्खा, घाउहरू, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, नकसीर, रक्तस्राव, कुपोषण, रजःवीर्यविकार, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। धेरै पटक खाँदा बल बढ्छ र रजःवीर्य दोष हराउँछ। **मात्रा** : धूलो १/१ चम्चा ३-१० ग्राम, तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**१४७३. केशरीया वर्णको कर्कली, रातो केशरको कर्कली, Keshar Karkali Plant**

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो लाम्चो-फराकिलो पात भुइँबाट पलाउने, डाँठ दूधे, फूल जाली आकारको रातो केशर सुनौलो, जेठ-असारमा फुल्ने, जरा सेतो हुन्छ। यो शोभा बढाउने फूल मनमोहक पार्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरहर, केशर हृदयहितकारी, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, कब्ज, अर्श, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, हृदयरोग, रक्तविकार, रक्तरोग, उदरशूल, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३०-५० र क्वाथ ५०-१०० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**१४७४. केरा ठूलो, बृहदकदली, केला, मालभोगकेरा, कनकरम्भा, बृहत्स्वर्णफला, Plantain Banana Tree, Malvog Banana, *Musa sapientum*** (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। केराको थाम १०-२० फिट अग्लो, सुप्लोमा पात लामो ३-५ फिट र १-२ फिट चौडा फराकिलो, मांसल, कलेजी रङको बुङ्गो पत्रदार चेप्टो १-२ किलोको, पुष्प-फलदण्डमा १००-१५० वटासम्म कोसा लाग्ने पहेँला बोक्रोभित्र सेतो घिउसमान रसदार गुदी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र फलको स्वाद मीठो अन्य भाग केही मिठो-हल्का खल्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पित्तज्वरनिवारक, स्मरणशक्तिदायक, उदररोगमा उपयोगी, शिरमण्डलका उष्णता-पागलपनमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले गर्मी गढेको, पित्त बढेको, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, मानसिकरोग, तनाव, अपस्मार, मृगी-छारे, उच्चरक्तचाप, अर्श, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, आन्द्रा सुकेको सुकेनाश, कामला, कब्ज, पेटका घाउ-खटिरा, रक्तदोष, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/ सेकेको/तताएको ३०-१०० ग्राम, फल १-५ वटा, फूलचूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### १४७५. केरागाभो सानो केरा, सुनाखरी केरीमुहानमाला, Pink Orchid Flower, *Rhynchostylis* sp.

(Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो चट्टान वा पुरानावृक्षमा उम्रन्छ, ३०-६० से.मि. अग्लो, पात लामो डुँड परेको, पुष्पदण्डमा कलेजी फुल्ने, मसिना तेलीय बीजहरू, जरा मसिना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, ढाड दुख्ने, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, निम्नरक्तचाप, दुब्लोपन, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता इत्यादि सन्चो गराउँछ । छालामा लगाउँदा मुलायम र सुन्दरता दिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४७६. केराघ्याम्पे ठूलो, काष्ठकदली, काठेवनकेरा, ढुङ्गेकेरा, Hard BananaTree, *Musa paradisiaca*

(Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका पहाडी वनमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, मोटो थाम-घ्याम्पोभैँ, ३-७ फिट लामो र पुष्प-फल दण्ड लामोमा फूल अण्डाकार-पत्रदार कलेजी रङको बुङ्गो र फल कोसा केराभित्र सेतो साह्रो कडा हुन्छ । काठसमान कडा भएकाले काष्ठकदली भनिएको हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बुङ्गो, पात, काण्ड, जरा । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल मीठो र अन्य भाग हल्का टर्रो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, बृक्कदोषहर, पत्थरीहर, मूत्रल, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, विषघ्न, सङ्ग्रहणी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, जलन, पेट पोल्ने, गर्मी गढेको, उच्चरक्तचाप, अर्श, हैजा, रक्तस्राव, पित्तरोग, कामला, अनिद्रा, तृर्खा लागिरहने, तनाव, शिर तात्ने, विषप्रभाव, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, पकाएको साग तरकारी/उसिनेको/बफाएको/सेकेको/तताएको ३०-१०० ग्राम, खोले/रस/काँढापानी १ माना, फल १-३, बुङ्गो चूर्ण ३-५ ग्राम, पाकेको केरा १-५ वटा, केरारोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १४७७. केरा कलेजी, गिरिकदली, वनकेला, गिरिरम्भा, Hill-Wild Purple Banana, *Musa balbisiana*

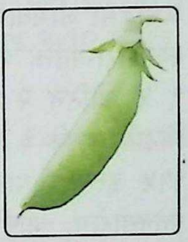
(Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो पहाडी वनका समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, थाम वा काण्ड कलेजी वर्णको, लामा फराकिला पातहरू, पुष्प-फल दण्डमा कलेजी वर्णको बुङ्गो र कोसा पहेँलो फलभित्र सेतो गुदी र काला

तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद कषाय फल हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, स्तम्भक, पित्तज्वर निवारक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, तनावहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तविकारहर, शिरमण्डल ठन्डादायक, केशरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कामला, पित्तज्वर, पत्थरी, जलन, पेट पोल्ने, हैजा, रक्तस्राव, अमहिनामारी, प्रदर, मुखसुक्ने, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, तनाव, जलन, डाहा, शिरमण्डल तान्ने, रक्तचाप, मूत्राम्लदोषवृद्धि, रक्तदोष, कपाल झर्ने, पिसाबरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीज १-३ ग्राम, पात र बुङ्गोको साग-तरकारी/केराफल/पात/गुबो/बुङ्गोको तरकारी-साग ३०-१०० ग्राम, १०० र काण्डस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४७८. केराउ सानो, छोटीमटर, हरेणु, वर्तुल, कलायाः, Small Pea Plant, *Pisum* sp.

(Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो सर्वत्र खेती गरिएको छ । यो प्रायः सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो सूत्रद्वारा फैलिने लता, पात पक्षवत् १-३ जोडीमा, पुष्प भिन्न नापका द्विलिङ्गी, कोसामा भित्र धेरै तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, पुष्टिकर, बलकारक, दाहशामक, कफपित्तनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, वेदनाशामक, अतिश्रममा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, शारीरिक दुर्बलता, पित्तविकार, कफवृद्धि, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, रजःवीर्यदोष, आन्द्रा सुक्दै जाने-सुकेनाश, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : यसको कलिलो मुना/पात/डाँठको साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/सेकेको ३०-१०० ग्राम, पिठो ५-१५ ग्राम, सातु ३०-५० ग्राम, भुटेको ५० ग्राम, उसिनेको-पकाएको गेडा आधा-एक मुठ्ठी, हरियो रस १ गिलास, तेल १० र ताजा फलरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४७९. केरा रातो बोक्रा भएको, Red Banana, Red Bark Banana Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१२ फिट अग्लो, एकल खम्बामा ठूला-लामा-फराकिला पातहरू, बुङ्गो लागेर फुल्छ अनि कोसा लाग्छन्, बोक्रा रातो हुन्छ। भित्र रसिलो गिलो गुदीले भरिएको, जरा रातो, उपजरा धेरै हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाग शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, पात, गानो, भित्री काण्ड-गुबो, बुङ्गो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, गर्मी-पित्तज्वरनिवारक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पेटको रोगमा लाभदायक, रक्तरोगहर, रेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, पत्थरी, सुख्खाराम मिर्गौला, रगतको कमी, रक्तस्राव, ज्वर, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पिसाबको रोग, रक्तपित्त, उदररोग, कुपोषण, धातुरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, मधुमेह, कब्ज, रक्तरोग, आन्द्रा सुक्ने, मुख-जिब्रोका बिबिराहरू इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., केरा १-५ वटा, तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको/ भुटेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १४८०. केरा दुर्लभ वनको, रातोबुङ्गोको सुनौलो केशर, दुर्लभवनकेरा, Rare Wild Banana, *Musa nanensis*

(Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो सुक्खास्थानमा समशीतोष्ण जलवायुका वनमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो, पात लामो, फूल/बुङ्गो पुष्पदण्डमा रातो वर्णको, केरा लामा थुप्रै काण्ड, फेदमा गानो र मसिना जरा हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो केही टर्रो हल्का खल्लो

र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, मूत्रल, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, हैजा, रक्तस्राव, घाउ-खटिरा, कब्ज, गाँठा-गिर्खा, मूत्ररोग, रक्तपित्त, आउँ-पखाला, अम्लपित्त, कामला, पेट पोल्ने, उदरशूल, स्मृतिह्रास, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काच्चो केरा आधा-एक वटा, पाकेको केरा ३-५ वटा, बुङ्गो तरकारी ३०-१०० ग्राम, चूर्ण/लेदो ५-१५ ग्राम, केशरस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४८१. केउ, जलकेलेउ, Kelp/Kombu, Shi liao, Haidai Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो जलीय क्षेत्र समुन्द्रमा हुन्छ । यो पहैंलो रङको लेउ-झ्याउ हो । यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, अर्बुदहर, उदररोगमा उपयोगी, कफनिस्सारक, गलग्रन्थिरस अभावमा लाभदायक, रक्तवर्द्धक, वातहर, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, बलकारक, विषघ्न मानिन्छ । यसमा १७ क्यालोरी-शक्ति पाइन्छ । यो ७ ग्रामको धूलोमा- सोडियम १३५, पोटासियम २२ ५, कार्बोहाइड्रेट १ ५, रेसा ९ ५, प्रोटिन २ ५, क्याल्सियम ७५, लौहतत्त्व २५ ५, भिटामिन ए १ ५, रिबोफ्लाबिन १२५, नासिन २ ५, भिटामिन बी ६ ४० ५, भिटामिन बी १२ ९ ५, म्याग्नेसियम २१ ५, जिंक २ ५, क्रोमिम १४५, फ्लोराइड ११५ इत्यादि पाइन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, दम, खोकी, फोक्सोरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, नसारोग, पक्षाघात, रजःवीर्यविकार, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, रक्तरोग, चर्मरोग, पाचनशक्ति कमजोर, पित्तवृद्धि, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण/स्वरस १०-२० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १४८२. केरा सुनामी, Yunnan Banana Plant, *Musa yunnanensis* (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका वनमा पाइन्छ । यो ५००-१५०० मिटरका उचाइमा धेरै मिल्छ । यो १२-१५ फिट अग्लो, पात लामो, बुङ्गो कलेजी वर्णको, पातलो साना, थोरै कोसाहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बुङ्गो, कोसा, काण्ड, पात र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, मासिकधर्मनियामक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, शीतकारक, तनावहर, उदररोगमा उपयोगी, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, उदररोग, तनाव, हैजा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, मिर्गौला शिथिल, ज्वर, मूत्ररोग, घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, पत्थरी, पित्तवृद्धि, दुब्लाउने, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काच्चो केरा आधा-एक वटा, पाकेको केरा ३-५ वटा, लेदो/स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४८३. केराउ कडा गेडो खैरो सानो, कलौं, कलायाः, Small Pea-Hard Seed Plant

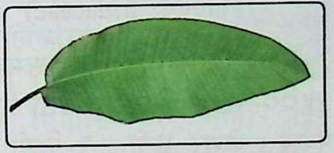
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट लामो-उचो जाने फैलिने लहरो हो । यो रातो/सेतो फुल्ने, पात गोलो/चेप्टो, लुलो डाँठ, कोसाभित्र मसिना खैरा/राता कडा दाना हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बलकारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, त्रिदोषशामक, अतिश्रमहर, निद्राकर, अति पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी,

दम-खोकी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग/तरकारी ३०-१०० ग्राम, काँचो दाना १०-३० ग्राम, भुटेको गेडा ३०-५० ग्राम, खोले १ थाल, काँचो दानाको स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

**१४८४. केरापाते पुष्टकारी इलो सेते, सफेदकेलडी, फूलतरुलसेतो, White Canna Plant, *Canna* sp.**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, सेतो रङ्गको, पात आयाताकार लाम्चो, सेतो फुल्ने, जरामा गाना सेता ठूला सेला हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्ताल्पता, घाउ-खटिरा, मिर्गौला सुक्खाराम, मूत्रकृच्छ्र, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मुख-जिब्रोका घाउ, धातुरोग, स्मृतिह्रास, अनिद्रा, कामला, अम्लपित्त, रक्तस्राव, हैजा, कब्ज, अर्श, पित्तज्वर, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी १-५ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा कन्दस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

**१४८५. केरापाते पुष्टकारी ठूलो प्याजी, प्याजीकेलडी, रक्तपुष्टकारी, Onion Canna Plant, *Canna edulis***
(Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा खेती गरिन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, केराको पातसमान पातमा हल्का रातो घेरा, सोली आकारका रातो रङका फूलहरू, जमिनमुनी रातो प्याजस्तै गोलाकार धेरै गानाहरू हुन्छन्। सङ्कलन समय : कार्तिकदेखि माघसम्म। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, बलकारक, स्मृतिदायक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, तनावहर, अतिश्रमको पीडाहर, पेटको रोगमा लाभदायक, बृक्कपुष्टिकर, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कब्ज, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राका घाउ-खटिरा, तनाव, पेट पोल्ने-दुख्ने, उदरशूल, गानो, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यविकार, ज्वर, रक्तस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : जरास्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, खोले १ थाली, तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**१४८६. केराअलैँचे, इलाइची केला, अलैंचीकेरा, Cardamom Leaved Banana Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हल्का फुस्रो दोमटमाटोमा राम्रो खेती गर्न सकिन्छ। यो सानो केरा, अलैंचीसमान पात, साना धेरै फल हुन्छन्। स्वाद फल मीठो अन्यभाग हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तरोगनाशक, रक्तस्रावनियन्त्रक, बृक्कपुष्टिकर, रेचक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, हृदयहितकारी, आन्द्रा शुद्धिकारक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तज्वर, पित्तपत्थरी, कब्ज, स्मृतिह्रास, मुखमण्डल-आमाशय सुक्ने, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मूत्रकष्ट, मिर्गौलापत्थरी, आँत-आन्द्राका घाउ-अल्सर, पेट पोल्ने, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १०-१५ वटा फल, सर्वाङ्ग रस/लेदो ५-१० ग्राम, फल लेदो एक कचौरी, गानो स्वरस ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

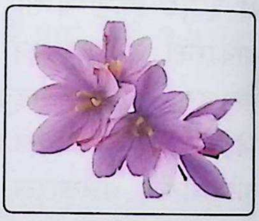
### १४८७. केरापाते पुष्टकारी पहेँलो, फूलतरुल पीत केलडी, **Golden Canna Plant**, *Canna eudilis*

(Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सुनौलो वर्णको बिरुवा केरापाते ३-५ फिट अग्लो यसका पातहरू लाम्चा फराकिला र बाक्ला, पातमा केही रातो घेरा टुप्पामा सोली आकार, पीत रङको हुन्छ । असोज-कार्तिकमा रातो फुल्ने, सेतो कन्दमा मसिना जरा हुन्छ । यसको गानो रातोरङमा गानाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : स्वाद चिप्लो-मीठो-मधुर र स्वभाव शीतल-शीतवीर्य । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रसिलो-पोषिलो, रक्तशोधक, अग्निवर्द्धक, मूत्रल, मृदुविरेचक, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, व्रणरोपक, दर्दहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको गानाले पेट-आन्द्राका घाउहरूलाई सन्चो गर्ने, सुकेनाश, प्रदर, वीर्यदोष-धातुविकार, गानोगोला, पत्थरी, अम्लपित्त, कमलपित्त, पित्तज्वर, सङ्ग्रहणी, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, दुब्लो-पातलो, मासिकअधर्म, प्रदर, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, पाचनशक्तिकमजोर, रजःवीर्यदोष, गानो, उदरशूल, स्मृतिह्रास, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., उसिनेको/बफाएको साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १४८८. केशर, केशरी, जाफरान, **Khache Gurkum (Am), Himkeshar Saffron Plant**, *Crocus sativus*

(Family : Iridaceae)



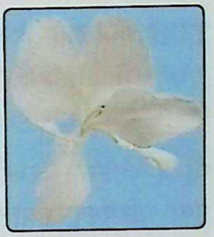
**चिनारी** : केशर समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । केशर २५००-३५०० मिटरमा खेती गर्दा राम्रो उत्पादन हुन्छ । उत्तम केशर बजारमा महङ्गो पर्दछ । केशर खेती : ९ डिग्री सेल्सियसभन्दा कम तापक्रममा गोबरमल छर्नुपर्छ । हलुका माटोको ४०-६० से.मि. अग्लो र एक-डेढमिटर चौडा ड्याङमा वैशाख-जेठतिर मलमूत्र घोल छरी १५ से.मि. फरकमा हार र बोटको फरक १० र १५ से.मि. गहिरोमा रोप्नुपर्छ । ३-७ वर्षसम्म केशर (stigma) सङ्कलन । केशरखेतीमा सिमी, भट्मास, बोडी, केराउ कोशेवाली र पतझर फलफूलका बोटहरू स्याउ, ओखर, कागती, बदाम अन्तरबालीमा लगाउन सकिन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, निलो वा नीलो फुल्ने भित्रसुनौलो केशर, पात लाम्चो, गाना र उपजरा हुन्छन् । स्वाद मीठो र धेरै बास्नादार र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : केशर, फूल, गानो, उपजरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मस्तिष्कको केन्द्रीय स्नायुमण्डल व्यवस्थापक, अर्बुदहर, वाजीकर, विषनाशक, वातव्याधिहर, प्राणशक्तिवर्द्धक, सर्वोत्तम सुगन्धदायक, रक्तवृद्धिदायक, हृदय हितकारी, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, रसायन, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, मनोरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, कष्टप्रद मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, एच.आई.भि/एड्स, रक्तार्बुद, त्रिदोषविकार, रक्तरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, स्नायुगत-नसारोग, पागलपन, मृगी-अपस्मार, वीर्यदोष, विषाक्त प्रभाव, विषमज्वर, मानसिकरोग, तनाव, गर्भरोग, बाँझोपन, भेदकवीर्यको अभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो राम्रो बास्ना छर्ने अत्तर विभिन्न खानापिना र औषधिमा मिसाउने प्रचलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३ थोपा, काँढापानी १ गिलास, केशर लेदो/धूलो १-५ दाना चामलजति, जरा चूर्ण चौथाइ-आधा ग्राम, वटी १-३ वटा, स्वरससुई २-१० र क्वाथ ५० तथा अर्क ३० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १४८९. केशबुटी, पुत्रबुटी, खरबाना, **Kesh Buti-Hairy Leaved Plant**

**चिनारी** : यो १६००-२६०० मिटरमा पाइन्छ । यो हरियो उत्तम घाँस मानिन्छ । यो भुइँमा लतारिने १ फिट लामो, पात सिर्के कपालसमान, असार-साउनमा सेतो फुल्छ, फल गोलो, हरियो, कार्तिकमा पाकेपछि

नीलो रङमा, सयवटाभन्दा धेरै सेता जरा, रानीकुरिलोभन्दा मीठो स्वादको हुन्छ। कुनै लामा र कुनै गोला सयौँ कन्द हुन्छन्। पाखा-पखेरा नै सदा हरियो बनाउने केशबुटी सर्वोपयोगी अमृत औषधि हो। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर-बलवर्द्धक, पित्तहर, मूत्रल, स्वास्थ्यकर, जीवनीयतत्त्वरक्षक, मिर्गौला उपयोगी, रक्तवृद्धिदायक, बुद्धिवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, गर्भस्थापक, वेदनाहर, शोथघ्न, तृप्तिदायक, सन्तानदायक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले थोपाथोपा मुत्ने-मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौला पत्थरी, स्नायुतन्तु नसनाडीहरूको कमजोरी, धातुरोग, मासिकअधर्म, पित्तपत्थरी, ज्वर, कमलपित्त, प्रदर, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शिरमण्डलका रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, सन्धिशोथ, हाड-ढाडदर्द, जोर्नीवाथ, आमवात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

१४९०. केवदादूधे, केसराफूल, गन्धपलासी, दोलनचम्पा, **White Butterfly Milky Ginger Plant, *Hedychium coronarium*** (Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो शोभायमान, सुगन्धदायक एवम् शृङ्गारको अनुपम सौन्दर्यपूर्ण केमरा फूल सर्वत्र लगाइन्छ। अदुवाको समान बोट, जरा सेतो, सेतो फूल पुतलीझैँ हुन्छ। यसको स्वाद मीठो केही टर्रो हल्का परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, ज्वरघ्न, ऋतुस्राव नियामक, कष्ठशोधक, रक्तविकारहर, पत्थरीहर, अस्थिपोषक, पीडाहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, पित्तपत्थरी, ज्वर, कब्ज, मूत्ररोग, मिर्गौलापत्थरी, गानो, उदर शूल, तनाव, अतिश्रमको पीडा, पित्तवृद्धि, पसिना गन्हाउने, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

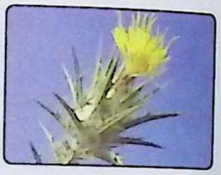
१४९१. केरा, कदली, केला, **Plantain Banana Plant, *Musa paradisiaca*** (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ। केराका कैयौँ प्रजाति सयौं प्रकारका हुन्छन्। यो १०-१५ फिट अग्लो, सिधा एक काण्ड, च्यालयुक्त ठूलो गानो, दायाँ-बायाँ ५-७ फिट लामा पात, गाढा रातो अथवा भण्टा रङको बुङ्गो विभिन्न पत्रभित्र मुलायम फूलको तल्लो भागमा घरीमा दुवैतर्फ हरियो फल पाकेपछि पहेँलो हुन्छन्। यो एकपटक फल्छ र बोट हटाइन्छ। गानोबाट धेरै बिरुवा उम्रन्छन्। कदली कल्पवास बारेमा प्राचीनग्रन्थहरूमा उल्लेख गरिए अनुसार यस्तो व्याख्या छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्निग्ध, शीतवीर्य, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव निरोधक, दाहनाशक, कफवर्द्धक, हृदयहितकारी, तृप्तिदायक, शुक्रल, मूत्रल, मासिकधर्मनियामक, बलकारक, रक्तदोषहर, पेट शुद्धिकर, रक्तस्राव अवरोधक, क्षयरोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तज्वर, पत्थरी, प्रदर, प्रमेह, हैजा, सङ्ग्रहणी, आन्द्राको घाउ, कब्ज, अर्श, कमलपित्त-हेपाटाइटिसहरू, मासिकअधर्म, क्षयरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, गानोगोला-ग्यास्ट्रिक, स्मृतिह्रास, मिर्गौला सुक्खा, मूत्ररोग, रगत बग्ने, रक्तविकार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फलधूलो १०-२० ग्राम, १ काच्चो केरा वा पाकेको १-३ वटा, उसिनेको तरकारी एक कचौरा, पात ३०-५० ग्राम, बुङ्गोचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र स्वरस सुईन्याल २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### १४९२. केशर तोरी सेतो, कुसुम्भे, **White Safflower Small Plant,** *Carthamus tinctorius*
(Family : Asteraceae)

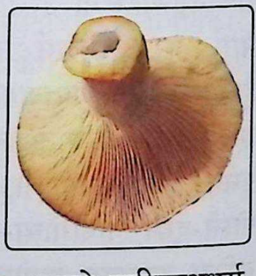
**चिनारी** : यो मानववस्तीमा सर्वत्र खेती गरिन्छ र जहाँ पनि पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो-दन्तुर टुप्पोमा चुच्चो, फूल सेतो हल्का पहेँलो फुल्ने, पुष्पदण्डमा फूल छिप्पिएपछि १५-२० गेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद बास्नादार-मीठो-केही तितो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुविरेचक, आँखामा लाभदायक, रक्तशोधक, पुष्टिकर, बलकारी, वातव्याधिहर हो। यसको फूल अर्बुदहर, चर्मरोग र ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्ररोग, कब्ज, रक्तरोग, मोटोपन, मधुमेह, पित्तवृद्धि, छालाका रोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सुक्खा दम-खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, कलेजोरोग, रजःवीर्यदोष, ढाड-कम्मर दर्द, नेत्ररोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, क्षयरोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, केशर १-२ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, बीजवटी २-३ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ ग्राम २-३ पटक।

### १४९३. केशरतोरी सुनौलो, कुसुमेतोरी, कुसुम्भ, **Golden Safflower Plant,** *Carthamus tinctorius*
(Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो मानववस्तीमा सर्वत्र पाइन्छ। यो जहाँ पनि खेती गर्न सकिन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात आयाताकार-दन्तुर-टुप्पो चुच्चो, पुष्पदण्डमा सुनौलो फुल्ने, पुष्प परिपक्वपश्चात् १५-२० तेलीयबीज लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का तितो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, फूल, पात, जरा र डाँठ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, बलकारक, वेदनाहर, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, मेदहर, रक्तरोगहर, नेत्रशक्तिदायक, मृदुविरेचक, मूत्रल, वातपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, रक्तरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, गृध्रसी, कटिवात, हाड-ढाड दुख्ने, रक्तदोष, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, स्नायुवात, छालाका रोग, मोटोपन, मधुमेह, हृदयरोग, पित्तवृद्धि, पित्तगर्मीज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, फूल ३-५ ग्राम, पात साग-तरकारी ५०-१०० ग्राम, तेल १० थोपा ३-५ पटक। यसको तेल मालिस गरी स्वस्थ बन्नुपर्छ।

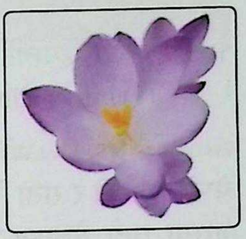
### १४९४. केशरच्याउ, केशरीच्याउ, **Saffron Milk Cap Mushroom,** *Lactarius deliciosus*
(Family : Russulaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो जेठदेखि असोजसम्म रुख वा भुइँमा मिल्छ। यो १०-२० से.मि. अग्लो, १५ से.मि. फैलिने, केशरीया वर्णको वा बाहिर रातो-खैरो-रत्छ्याँया परेको र भित्र कलेजी वर्णको डल्लो हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो अति स्वादिलो मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-

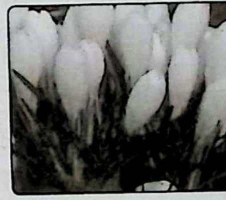
गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाड-मेरुदण्डरोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग, मुटुको प्वालमा अवरोध हुने-हृदयाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १४९५. केशर सानो पहँलो, स्वर्णकेशर, Eerly Crocus Plant, *Crocus tommasinianus* (Family : Iridaceae)



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो आधा फिट अग्लो, पात लाम्चो बेलनाकार-भालाकार, फूल नीलो र केशर पहेँलो फुल्छ, जरामा प्याजसमान गानो रेशेदार र उपजराहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो-पिरो परपराउँछ-बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मस्तिष्क बलदायक, वाजीकर, रक्तरोगहर, निद्राजनक, नाडीसंस्थान उत्तेजक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ऋतुधर्मनियामक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, अर्बुदहर, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जीर्ण दम-खोकी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अर्बुद, अपस्मार, मृगी, शिरमण्डलको रोग, नपुंसकता, मासिकअधर्म, प्रमेह, प्रदर, गलग्रन्थिरोग, मस्तिष्कवात, स्नायुरोग, बाँझोपन, गर्भपात, रक्तरोग, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, यौनकमजोरी, पागलपन-उन्मादरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-५ ग्राम, केशर १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### १४९६. केशर सेतो फुल्ने, मधुबास्नाको-श्वेतकेशर, महकेशर, White Saffron Honey Keshar, *Crocus vernus* (Family : Iridaceae)



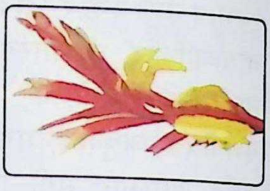
**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो बेलनाकार-पातलो, जराबाट निक्लेका पात, फूल सेतो केशर सेतो र दूधे रङको महको बास्ना आउने, जरा गानोमा रेसादार-उपजराहरू हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो परपराउँछ-बास्नादार रहन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, श्वासरोगहर, मदकारक, हृदयहितकारी, प्राणशक्तिवर्द्धक, शक्तिवर्द्धक, रसायन, जीवनीयतत्त्वरक्षक, वाजीकर, स्मृतिदायक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, यौनकमजोरी, रजःवीर्यदोष, स्त्रीरोग, बाँझोपन, गर्भरोग, रक्तरोग, मासिकअधर्म, दम, खोकी, मानसिक घडबढ, उन्माद-पागलपन, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा केशर स्वरससुई ३-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, केशर १-२ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### १४९७.केराउ, मटर, हरेणुक, मुण्डचणक, कलायाः, Snap Pea, Green Pea Plant, *Pisum sativum* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा खेती गरिन्छ। यो वर्षायु, शाकीय लता, ३-५ फिट लामो-अग्लो, पात गोलो-अण्डाकार, सानो एकान्तर, फूल गुलाबी वर्णको, ५-१० से.मि. लामो कोसाभित्र चेप्टो बीजहरू हुन्छन्। यसको फूल र फलको समय मंसिर-फागुन हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकारक, दाहशामक, कफपित्तनाशक, रुचिदायक, बलवर्द्धक, अतिश्रममा उपयोगी,

शारीरिक दुर्बलतानाशक, हृदयहितकारी, वेदनानाशक, अग्निकारक, वातव्याधिहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफपित्तरोग, कुष्ठ, प्रमेह, श्वास-प्रश्वासरोग, शारीरिक कमजोरी, ज्वर, सन्धिवाथ, दर्द, सुन्निएको-ठोक्किएको, अम्लपित्त, कफ, अरुचि, रक्तपित्तको समस्या, कुपोषण, विषाक्तप्रभाव, रजःवीर्यदोष, दम, खोकी, आमवात, जोर्नीवाथ, हड्डीवात, ठन्डीवात, धेरै भोक लागिरहने, भस्मकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काच्चो केराउ दाना ३०-१०० ग्राम, सात्तुघोल ३०-१०० ग्राम, भुटेको गेडा ५० ग्राम, रोटी १-२, भिजाएको केराउ दाना ५०-६० ग्राम, सर्वाङ्ग साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, तेल १० र स्वरससुई १० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१४९८. केवरा हिमाली, राजकन्या, केविका, केबुक, Himalayan Spiral Ginger Plant, *Cautleya spicata***
(Family : Zingiberaceae)



**चिनारी** : यो १८००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, सुनौलो र रातो मिसिएको, काण्डमा रातोपन, तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । जरामा रातो सेलाहरू अदुवासमान हुन्छ । बास्नादार र स्वाद सुकेपछि मीठो, केही टर्रो, काच्चोमा खिहिर्‍याउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पुष्टिकर, अतिश्रमहर, बलकारक, श्वासरोगहर, जलशोषक, राजयक्ष्मा र फोक्सोशोथमा लाभदायक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कफग्रस्त दम-खोकी, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, आमवात, श्वासरोग, जलोदर, राजयक्ष्मा, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१४९९. केशरीलता, केशरीलहरो, केशघाँस, Keshari Vine Plant**

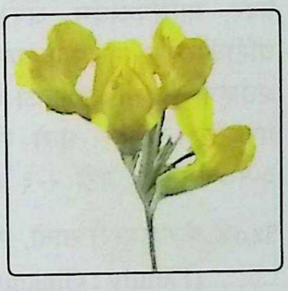
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो हाँगा काटेर सानो टुक्रा रोपी धेरै फैलाउन सकिन्छ । यो सदावहार राम्रो घाँस हो । यो ३०-३०० फिट लामो विशाल लहरो, कालो डाँठ, पात चेप्टो, फूल सेतो, गोलो फल रातो हुन्छ । स्वाद तीतो केही टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, वातहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तचाप, सर्वरक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, मिर्गौला पत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, सत्व १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१५००. केराउ पुतलीपाते, कलयाः, गर्मीको वनेलुमटर, Yellow Vetchling Flower Pea Plant, *Lathyrus aphala***
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुको १२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट लामो लहरा, रोमश, पात दुवैतर्फ बाँडिएका पुतलीका पखेटाझैं, फूल पहेंलो, केशामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल,

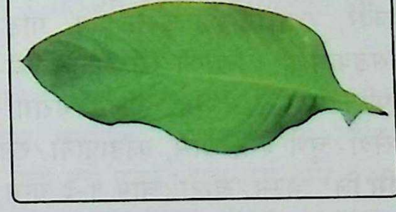
उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

१५०१. **केराउ वनेलु, लेकालीमटर, कलायाः, Yellow Wild Pea, Meadow Vetchling Plant, *Lathyrus pratensis*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट लामो लहरा, रोमश, पात साँगुरो भालाकार चुच्चो, फूल सुनौलो, केशामा फलभित्र तेलीय बीज खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा बिबिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फूलस्वरससुई ३-१० मि.लि., फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

१५०२. **केरातरुले पुष्टकारी सानो, सर्वजय, केरापातेफूलतरुल, छोटीलालकेलडी, Wild Canna Plant, *Canna indica*** (Family : Cannaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । १-३ फिट अग्लो, रतछाँया परेको रातो पात केरापातसमान, फूल बैजनी, जरामा धेरै गानाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल, स्वाद टर्रो-मीठो र केही चिप्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्क/हृदयहितकारी, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, जलननाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मृदुरेचक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग-हेपाटाईटिस, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखा कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका

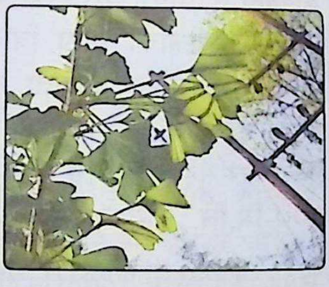
समस्तरोग, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, मलेरियाज्वर, वातरक्त, हृदय र मिर्गौलारोग, पेटको घाउ-अल्सर, सङ्ग्रहणी, अर्श, उदरशूल, पाचनप्रणाली शिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पातसाग/गानो उसिनेको ३०-१०० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम, जरा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५०३. केरापाते माला फूल, केलाफूल, Kerapate Ful, Banana Flower Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो शोभा बढाउने र सदा हराभरा रहने, यो ५-७ फिट अग्लो, केरासमान पात धेरै सानो भदौमा सेतो फुल्छ, फूल मनमोहक डोरीमा माला उनेझैं भएकाले धेरैले घरमा सजाउँछन् । गाना सेतो, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो केही मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, मोटोपन, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५०४. केशकुमारी सानो, छोटीबालकुमारी, Maidenhair Small Tree Ginkgo Plant, *Ginkgo yimaensis*

(Family : Ginkgoaceae)



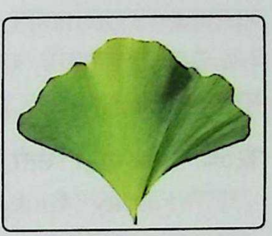
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने २-३ फिट अग्लो, पात दुईभागमा विभाजन भएको पन्युझैं, पुष्प, फल गोलो पहेँलोभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो, अपस्मार, छालारोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मोटोपन, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले कपाललाई कालो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५०५. केशकुमारी कालो, कृष्णबालकुमारी, Maidenhair Tree Ginkgo Plant, *Ginkgo* sp.

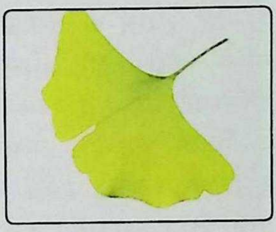
(Family : Ginkgoaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१२० फिट अग्लो, पात पन्युझैं, पुष्प कालो केही हरियो, फल गोलो-पहेँलोभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो, अपस्मार, छालारोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्तचाप, मोटोपन, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले कपाललाई कालो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।



### १५०६. केशकुमारी सुनौलो, स्वर्णबालकुमारी, Maidenhair Gold Tree, Golden Ginkgo Plant, *Ginkgo biloba* (Family : Ginkgoaceae)



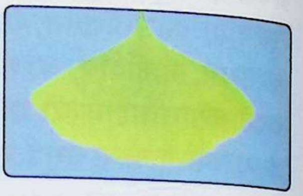
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१५० फिट अग्लो, पात दुई भागमा विभाजन भएको पन्युभैँ, पुष्प सुनौलो, गोलो-पहेँला फलभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, अपस्मार, छालारोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवाथ, रक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले कपाललाई कालो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५०७. केशकुमारी पहेँलो, पीतबालकुमारी, Maidenhair Yellow Ginkgo Plant, *Ginkgo* sp. (Family : Ginkgoaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१२० फिट अग्लो, पात दुई भागमा विभाजन भएको पन्युभैँ, पुष्प पहेँलो, गोलो-पहेँला फलभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला,

उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो, अपस्मार, छालारोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, उच्चरक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५०८. केशकुमारी सेतो, श्वेतबालकुमारी, Maidenhair Tree, Ginkgo Plant, *Ginkgo adiantoides* (Family : Ginkgoaceae)

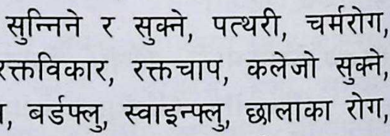


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१२० फिट अग्लो, पात दुई भागमा विभाजन भएको पन्युभैँ, फूल सेतो, गोलो-पहेँला फलभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवासङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो, अपस्मार, छालाका रोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवाथ, रक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले कपाललाई कालो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १५०९. केउ सेतो फुल्ने, श्वेतकुस्थ, पोकरामूल, Kustha Herb Costus Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा २०००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३ फिट अग्लो, पात १५-२० से.मि. लामो, फूल सेतो, सहपत्र फल रातो २ से.मि. व्यास भएको भित्र काला तेलीय बीजहरू, जराहरू पहेँलो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, गर्भनिरोधक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तविकार, रक्तचाप, कलेजो सुक्ने, गलाघाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम वटी २-३ वटा, अत्तर ५-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १५१०. केरी नेपाली, कनिके रातो फुल्ने, Nepal Privet Plant, *Ligustrum nepalensis* (Family : Oleaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३-१० फिट अग्लो, खबुल्टो परेको पात आयाताकार लामो, फूल पहेँलो, फल तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । यो फल्ने बेलामा मौरीहरूको भीड लाग्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद फूल मीठो अन्यभाग टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मी पित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, स्तनक्यान्सर, रक्तार्बुद, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल २० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५११. केराउफूल दुईपत्ते, मटरपुष्प, कलायाः, Sweet Pea Plant, *Lathyrus odoratus* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो लहरा, पात दुईपत्ते चेप्टो रोमश, दन्तुर, फूल सेतो र गुलाबी मिसिएको, कोसामा रौंयुक्त फलभित्र तेलीय बीजहरू काला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५१२. केतुकी हरिणी, केटकी, पण्डा, पेंचा, Screw Palm, Screw Pine Plant, *Pandanus amaryllifolius* (Family : Pandanaceae)

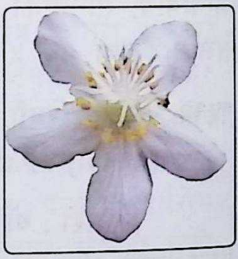
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। ३-७ फिट अग्लो, दाँतेपात भालाकार लाम्चो, फूल सेतो, लम्बगोल फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र पात। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका

घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव-वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन-संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फलचूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक।

### १५१३. केरी ठूलो, केरी हिमाली, Nepal Privet Plant, Keri Plant, *Ligustrum nepalensis* (Family : Oleaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने १०-३० फिट अग्लो, पात १५ से.मि. लामो चुच्चो, फूल सेतो, निलो-कालो फल तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग। यो फल्ने बेलामा मौरीहरूको भीड लाग्छ। स्वभाव शीतल र स्वाद फूल मिठो अन्यभाग टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदय/मृगौलाहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, ब्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, पित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, हृदय-मृगौला सुकेकोमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुश्राव, स्तनक्यान्सर, रक्तार्बुद, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल २० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १५१४. केरी, कनिके, चिडकुन्डो, डाक, Privet Plant, Cold Place Privet, *Ligustrum indicum* (Family : Oleaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुका पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, केशर पहेँलो र फूल घिउ रङमा सेतो फुल्ने, फल गोलाकार कलेजीवर्णको भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, ब्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख- जिब्रोका बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक।

### १५१५. केतुकी छाते, केटकी, क्षत्रपण्डा, छेत्रीपेंचा, Umbrella Screw Pine Plant, *Pandanus* sp. (Family : Pandanaceae)

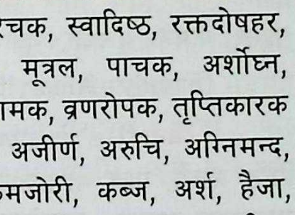
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो छातासमान सदा हराभरा रहन्छ। ३-१० फिट अग्लो,

दाँतेपात भालाकार लाम्चो, फूल सेतो, लम्बगोल फलभित्र गुदी र तेलीय वीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र पात। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदुरेचक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/वृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव-वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन- संकुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फलचूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक।

### १५१६. केतुकी सूईकाँडे, केटकी, पण्डा, पेंचा, Screw Niddle Palm, Screw Pine Plant, *Pandanus* sp. (Family : Pandanaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। ३-१० फिट अग्लो, सियोसमान काँडा, पात भालाकार लाम्चो, फूल सेतो, लम्बगोल फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र पात। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदुरेचक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटुको तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव-वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** रस/ काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., फलचूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँच्चो पात २-५ वटा ३-५ पटक।

### १५१७. केमरासुन, सुनकेमरा, गन्धपलासी, केवडा सुनौला, सन्धार्लिका, कपूरकचरी, Spiked Ginger Lily, *Hedychium spicatum* (Family : Zingiberaceae)



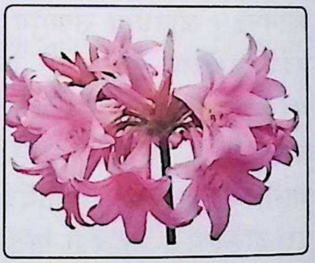
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, पुष्पदण्ड रातो फूल सेतो धेरै सुगन्धदायक, जरामा गानो खैरा सेलाहरू बास्नादार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** गानो, फूल र पात। स्वभाव उष्ण स्वाद तीतो- टर्रो र परपराउने। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, वातहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा,

विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, क्षय, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको आउँ-पखाला, गानोगोला, सुजाक, सास गन्हाउने, दम-खोकी-रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा १-३ पटक ।

**१५१८. केराउ वनेलु रातो, कलायाः, रक्तवनकेराउ, Wild Redsweet Pea Plant, *Lathyrus vestitus*** (Family : Fabaceae)

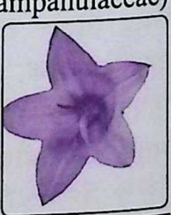
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-७ फिट अग्लो र लामो लहरिन्छ, चम्किलो कलेजी/गुलाबी फुल्ने र पात दुवैतिर गएका अण्डाकार, कोसामा रौंयुक्त फलभित्र तेलीय बीजहरू राता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वातहर, निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१५१९. केमरा गुलाबी, गुकेमरा, गन्धपलासी, गुलाबीकेवडा, Jersey Lily Plant, *Amaryllis belladonna*** (Family : Amaryllidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात भालाकार, पुष्पदण्ड लामो, फूल सेतो-रातो, गानो-सेलाहरू बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो, फूल र पात । स्वभाव उष्ण स्वाद तीतो-टर्रो र परपराउने । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशय सङ्कोचक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कृमिमारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, क्षय, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको, आउँ-पखाला, गानोगोला, सुजाक, सास गन्हाउने, दम-खोकी-रुघा-पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा १-३ पटक ।

**१५२०. केटी घण्टीफूल, युवति घण्टीपुष्प, Fairy Bells Plant, *Adenophora confusa*** (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, छ, नीलो वा बैजनी फुल्ने र पात चेप्टो दन्तुर, फल कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, वातहर,

निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्वलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५२१. केरा रगते, रक्तकदली, Blood Leaf Banana, Variegated Blood Banana Plant, *Musa sumatrana* (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात ३-५ फिट लामो मुलायम रगत पोखिएकोझैं, फूल बुङ्गो कलेजी, फल दण्ड १-५ फिट दुनिन्छ, केराहरू, गाना, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अन्य भागको खल्लो फल धेरै मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, अर्श, शारीरिक कमजोरी, आन्द्रासुक्खा रोगमा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-२० वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२२. केरा रातो, रक्तकदली, लालक्यारा, Red Dacca Banana Plant, *Musa acuminata* (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८-१५ फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात १-३ फिट लामो मुलायम रगत पोखिएकोझैं, फूल बुङ्गो रातो, बोक्रा पाकेपछि रातो कोशामा केरा अनि गाना, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रक्तअर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, आन्द्रासुक्खा रोग, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-२० वटा, धूलो/लेदो ३-१०

ग्राम, केरास्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२३. केरा रातो, सुगन्धितकदली, Blue Java Banana, Scented Cream Banana Plant, *Musa acuminata* (Family : Musaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-१५ फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात लामो मुलायम, फूल बुङ्गो कलेजी, फल केरा बोक्रभित्र गुदी, गाना, उपजरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद फल मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, आन्द्रासुक्खा, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, अर्श, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल ५-२० वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२४. केरा बत्तिसा, Banana 32, Battisa Kera Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात लामो मुलायम, फूल बुङ्गो कलेजी, फल लगभग ३२ हातामा १२०-१४० सम्म कोसाहरू लाग्छन् गाना, उपजरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद अन्यभागको खल्लो फल धेरै मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, आरम्भको अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल ५-२० वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२५. केरा धुस्रेफुस्रे, जोगीकेरा, Yogi Banana Plant, Dhusre Kera

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-१५ फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात धेरै लामो फराकिलो मुलायम, ढिलो पस्साउने, फूल बुङ्गो कलेजी, फल लगभग ६०-७० सम्म कोसाहरू लाग्छन् गाना, उपजरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक,

अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार-मृगी, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, सुख्खा कडा अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुख्खा, उदरजलन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-३ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२६. केरा हरियो, धेरै फल्ने केरा, Hariyo Kera, Robusta Banana Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात धेरै लामो फराकिलो मुलायम, फूल बुङ्गो कलेजी, फल लगभग २००-३०० सम्म कोसाहरू लाग्छन्, फलको आकार ठूलो घुम्रिएको बोक्रा बाक्लो, गाना, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, सुख्खाअर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुख्खा, उदरजलन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२७. केरा मुङ्ग्रे ठूलो, Mungre Kera, Big long Banana Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, मोटाइ १-३ फिट, पात धेरै लामो फराकिलो मुलायम, फूल बुङ्गो कलेजी, फल लगभग मुङग्रो जत्रो एकहातको कोसाहरू लाग्छन् गाना, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुख्खा, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । काच्चो केराले आउँ-पखाला, हैजा, सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ इत्यादि च्वाट्टै पार्छ । **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो

३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

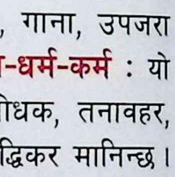
### १५२८. केराको बुङ्गो, कदलीपुष्प, Banana Flower Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । हजारौं केराहरूमा रातो/कलेजी/सुनौलो/पहेंलो/गुलाबी/बैजनी वर्णकोफूल बुङ्गोमा सयौंपत्रहरू र केशर हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद काच्चोमा टर्रो पकाएपछि मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, अर्बुदहर, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव, आउँ-पखाला, हैजा, गलग्रन्थिरोग, रक्तरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, साग १०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५२९. केरा घ्याम्पे, बहुबीजा केरा, अठिया केरा, Many Seeds Plant, Banana Ghyampe Kera

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामो फराकिलो मुलायम, फूल बुङ्गो कलेजी, केरा कोसाहरू गुदीभित्र कालो बीज लाग्छन्, बीजभित्र सेतो पिठो हुन्छ, गाना, उपजरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो- मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, पेट पोल्ने-दुख्ने, कब्ज, जोर्नीवाथ रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको पात कान दुख्ने र पाक्नेमा निचोरेर रस ५-७ पटक राख्दा सन्चो पार्छ । **मात्रा** : बीज धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५३०. केराचिनीचम्पा, केराचिनी, चम्पाकेला, सफेदभेल्ची, Chinichampa Banana, *Musa paradisiaca* (Family : Musaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ८-१२ फिट अग्लो, पात लामो-ठूलो रातोपन दिएको, गानो रातो बुङ्गो कलेजी, फल पहेंलो, बोक्रा पातलोभित्र सेतो गुदी हुन्छ । यो एक घरीले सालाखाला १५ किलोसम्म फल उत्पादन दिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल गुदी र बुङ्गो । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर,

मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १५३१. क्रेशमहङ्गी, केशमहङ्गी, ऋसमङ्गी, Kreshmangi Plant

**चिनारी** : यो १०-१५ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो, मसिनो फूल, तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन्। यो १०-१५ वर्षमा तयार हुने सानो घाँसे रूख हो। यो सदा हराभरा रहन्छ। स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, गानो-गुल्महर, श्वासरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, पित्तज्वर, रक्तपित्त, गानो-गोला, उदररोग, गुल्म, श्वासरोग, दम, खोकी, रक्तविकार, छालाको रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

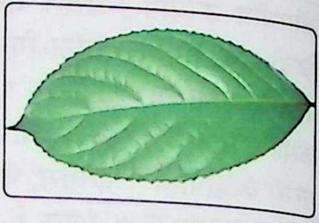
### १५३२. क्रेकर, कन्टाई, कन्टेली, केकर, किंकणी, Kekar Seed Plant, Kinkini Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सानो बोट, हाँगाहरूमा काँडा भएको, बोक्रा खस्रो कालोवर्णको पात भालाकार, फूल सुनौलो फागुनमा फुल्छ, फल आधा-एक अङ्गुल लाम्चो-गोलाकार रातो/भण्टा रङको भित्र ८-१६ तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, क्षुधावर्द्धक, अग्निकारक, पाचक, वातव्याधिहर, ज्वरनिवारक, वातपोषक, वेदनानाशक, मिर्गौला-हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, ज्वर, पित्तवृद्धि, पाण्डु, प्लीहावृद्धि, आमवात, अङ्गशोथ, हैजा, ज्वर, अर्श, गानो, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, कमलपित्त, अरुचि, अजीर्ण, मन्दाग्नि, मिर्गौला-मुटुरोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १५३३. कैलीबोट, बिच्छलु, सोनकडी, Bardock Plant, Cocklebur Bot, *Xanthium strumarium* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका सबै माटोमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो झार, फूल खैरो थुँगामा फुल्छ, अण्डाकार काँडे फलभित्र तेलीयबीज लाग्छन् र पाक्छन्। यो वर्षायु बुटी, पात तल-माथि गएको, डाँठ कैलो झुसे हुन्छ। यसको स्वाद बास्नादार-मीठो र स्वभाव उष्ण। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, शीतनाशक, वातव्याधिहर, हृदयहितकारी, दर्दहर, चर्मरोगनाशक, पुष्टिकर-बलकारक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मुटुवात, पुरानो खोकी, कफग्रस्त दम, पिनास, गला दुख्ने, टन्सिल, रुघा, छालारोग, जोर्नी दुख्ने, सुन्निने, आमवात, हाड-ढाडको रोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, पक्षाघात, श्वासनली र गर्भाशयशोथ, कुषोषण, विषप्रभाव, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, सुँघ्ने र चुस्ने ३-५ पटक।

### १५३४. कँजेल, कँडेल, Kandel–Bishopwood Tree, *Bischofia javanica* (Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो छिटो बढ्ने र शोभा बढाउने वृक्ष ६०-१३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो-हरियो रङको, गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो र मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, पेटको रोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग, कष्टदायक महिनावारी, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, रगतमासी, आउँ, पखाला, रक्तस्राव, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १०-५० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५३५. कोइरालो पहेँलो, कुन्हवू, पीतकचनार, कुरोल, कोटोरा, पिँला कोइराल, चमारिक, Yellow Bauhinia Tree, Yellow Bell Orchid Plant, *Bauhinia tomentosa* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो दुईभागमा बाँडिएको गोलाकार, फूल पहेँलो घण्टाकार फुल्ने, फल लामो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्कोचक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, रक्तरोग, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिबिरा, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिबिरा, गलगाँड, मूत्रकृच्छ्र, अण्डकोष वृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० तथा क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

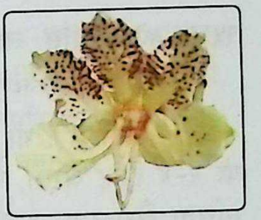
### १५३६. कोदो कालो मुङ्ग्रे, मुङरेकोदो, Mungre Millet Plant, *Setaria* sp. (Family: Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, मोटो हाँगाहरू, पात लामो धारिलो भालाकार, फूल हरियो पहेँलो, फल थुङ्गा मुङ्गोसमान मसिना काला बीज लाग्छन । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज र नल । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, श्वासहितकारी, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर,

बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग, ढाडदर्द, कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, कफगानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, नलस्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चिनी/ढिँडो/रोटी/खोले आवश्यकताअनुसार ।

### १५३७. कोइरालो फूलमा रातो केशर,उँटखुट्टे, कुशल, कोटला, कुरल, कन्चन, Camel Foot Tree, *Bauhinia retusa*

(Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यमवृक्ष, बोक्रा खैरो-रातो, यसको पात ७-१५ से.मि. लामो, बदामी रङको बोक्रा, फूल सेतो, टाटामा फलभित्र बीज बदामी तेलीय, पात गोलाकार २ भागमा बाँडिएको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुस्रावनियामक, मूत्रल, व्रणसुधारक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, कफहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, रक्तपित्त, ज्वर, मूत्ररोग, दम, खोकी, रक्तदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, आउँ-पखाला, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कफवृद्धि, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, बीजतेल १० र फूल स्वरससुई ३-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५३८. कोदो भुइँको, झारकोदो, आत्तेयकोद्रव, Floor Millet Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो भुइँमा गाँजिने- फैलिने आधा-एक फिट लामो, हाँगाबिँगा धेरै भएको, मसिनो डाँठ र पात, कोदोसमान सेता गेडा बोक्रा बाक्लो, खरानी रङको बीज तेलीय/पिठोयुक्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज जरा र ताजा नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मूत्रजनक, शान्तिदायक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्ज, पेट दुख्ने-गानो, दम-खोकी, पेट बढ्ने-बोसो लागेको, अर्श, आउँ-पखाला, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध भिजाएको बीज ३०-५० ग्राम, खोले १ गिलास, भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, रोटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५३९. कोरी काठ, कुष्ठनाशक बिरुवा, Leprosi Cut Tree, Kori Kath Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, पात सानो लाम्चो, फूल सेतो फुल्ने, फलमा भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक,

वातनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, वेदनानाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, सुक्खा दम खोकी, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको दाउरा बाल्दा धुवाँबाट कुष्ठ रोग लाग्छ भनी यसको दाउरा प्रयोग गर्दैनन् । कोरी काठलाई घ्यू/तेलमा डढाएर छालाका रोग दुबी, दाद, कुष्ठ, सुन्निएको, दर्द इत्यादिमा लगाउँदा सन्चो गराउँछ । यसको बिरुवा पुतलीले मन पराउँछ । फूल, प्युपा, लार्भा विभिन्न रूप बदलेर पुतली बन्दछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१५४०. कोदो घाँस लाम्चो बाला, ढुसी, नारे, कापेकोदो, Himalayan Scrobic Plant, Wildmillet, *Paspalum scrobiculatum*** (Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीको १५००-३६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात २०-४० से.मि. लामो भालाकार, फूल हरियो पहेँलो, मसिना खैरा-राता दाना बीज लाग्छन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, बीज र नल । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, कटिवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, नलस्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, ढिंडो/रोटी/खोले आवश्यकताअनुसार ।

**१५४१. कोदो सुनकाठे, ढुसी, नारे, स्वर्णकोद्रब, Golden Leaf Millet Grass, *Milium effusum*** (Family : Poaceae)

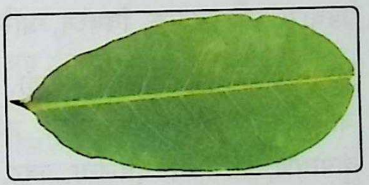
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, लामो धारिलो भालाकार, फूल हरियो-पहेँलो, थुँगाामा मसिना खैरा-राता दाना तेलीयबीज लाग्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, बीज र नल । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, सर्वाङ्गवात, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग, ढाड दर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, नलस्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ढिंडो/रोटी/खोले आवश्यकताअनुसार ।

### १५४२. कोदो पञ्जाकार, ढुसी, नारे, डालेकोदो, Millet Plant, *Setaria* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लामो धारिलो भालाकार, फूल हरियो पहेँलो, पञ्जाकार थुँगामा मसिना खैरा-राता दाना तेलीयबीज लाग्छन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, बीज र नल। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग, ढाडदर्द कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, नलस्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, ढिंडो/रोटी/खोले आवश्यकताअनुसार ।

### १५४३. कोक्याउने ठूलो, काका, कोका, Coca Tree, *Erythroxylum citrifolium* (Family : Erythroxylaceae)



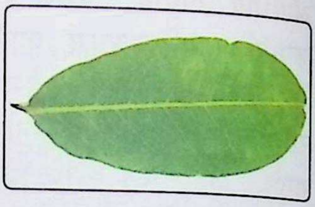
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका ७००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, यो १५-३० फिट अग्लो, बास्नादार, पात लामो, सेतो वर्णको फुल्ने थुङ्गामा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, छिप्पएपछि बोट चोपिलो हुन्छ । यो लागूऔषधिमा गनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मदकारक, उत्तेजक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वीर्य-रक्तस्तम्भक, वाजीकर, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले उन्माद, अपस्मार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अनिद्रा, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले हाड भाँच्चिए-कुच्चिएमा पिसेर लगाउँदा र दूधमा घोटेर पिउँदा लाभ गर्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-१० रत्ती, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल/अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., वटी १ वटा, साग १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५४४. कोकर्के घाँस, Kokarke Plant, Tonic Grass

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-२५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, झ्याङ्ग लाग्छ, पात बाक्लो, फूल फल सेतोभित्र तेलीय बीज, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात,

सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, दम, खाकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो एकदम गह्रौं हुन्छ। यसको घाँस पशूलाई प्रीय लाग्दछ। मन पराएर खान्छन् र दूध धेरै दिने तथा घ्यू लाग्ने मानिन्छ। यस्ले पशुहरू मोटाउँछन्। **मात्रा** : वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १५४५. कोक्याउने बुटो, काका, कोका, Coca Shrub, Coka Plant, *Erythroxylum novogranatense* (Family : Erythroxylaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ४००-१५०० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, यो ३-१० फिट अग्लो, बास्नादार, पात लामो-चेप्टो चम्चाकार, हरियो-पहेँलो वर्णको थुङ्गामा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, छिप्पएपछि बोट चोपिलो हुन्छ। यो लागूऔषधिमा गनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो-बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, वीर्य-रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, उत्तेजक, निद्राजनक मानिन्छ।

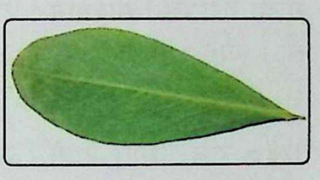
**औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, आतिवेदना, उन्माद, अपस्मार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले हाड भाँच्चिए-कुच्चिएमा पिसेर लगाउँदा र दुधमा फेटेर पिउँदा लाभ गर्छ। **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० रत्ती, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ रत्ती, वटी १ वटा, साग १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### १५४६. कोतेमान्द्रो (Am), Golden Sickle Alfalfa Plant, *Medicago falcata* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो सुनौलो फुल्ने, मसिना तेलीय बीज लाग्छन् र पाक्छन्, यसको साग/तरकारी खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, निद्राजनक, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, अग्निकारक, मृदुरेचक, नेत्रशक्तिप्रदायक, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक मानिन्छ।

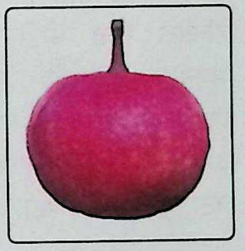
**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, गृध्रसी, कटिवात, अङ्गशोथ, हाडको रोग, दम, खोकी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, आँखा कमजोरी, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

**१५४७. कोकिन सानो, शिवचा, कटौवा, Red Cedar Plant, *Erythroxylum monogynum* (Family : Erythroxylaceae)**



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कडा डाँठ, पात चम्चाकार, फूल हरियो पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, वातहर, वेदनानाशक, बलकारक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रसायन, विषघ्न, स्नायुउत्तेजक, निद्राजनक, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अनिद्रा, श्वासरोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क १०-२० र क्वाथ ३०-५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक

**१५४८. कोकम, अमसुल, भिरंड, वृक्षमाला, Kokam Butter Tree, *Garcinia indica* (Family : Clusiaceae)**



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १२-२४ फिट अग्लो, कडा डाँठ, पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र ५-८ तेलीय बीजहरूको तेल जमेपछि नौनीघिउसमान हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात, फूल, बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, वातहर, वेदनानाशक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रसायन, विषघ्न, स्नायुउत्तेजक, निद्राजनक, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अनिद्रा, श्वासरोग, रक्तरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तातिसार, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ पटक ।

**१५४९. कोकिन सेतो फुल्ने, White Coca Plant, *Erythroxylom coca* (Family : Erythroxylaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यसको ८० देखि ९० प्रतिशतको उच्चआर्द्रतामा राम्रो खेती हुन्छ । यो ६-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो तेल जमेपछि घिउसमान बन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, वातहर, वेदनानाशक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, चर्मरोगहर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, रसायन, विषघ्न, स्नायु उत्तेजक, निद्राजनक, कण्ठशोधक, वाजीकर, कामोद्दीपक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड,

श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अनिद्रा, श्वासरोग, रक्तरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तातिसार, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **सावधान :** कोकिनबाट बनेको औषधि जिन्दगीमा १-२ पटक र मर्ने महारोगमा ५-७ दिनभन्दा खानु हुँदैन। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ मुख, अर्क १० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १-१ वटा, वटी/क्याप्सुल १-२ वटा २-३ पटक।

**१५५०. कोदो वनेलु रातो, उसी, Wild Red Millet, Crimson Seeded Sedge Plant, *Carex baccan*** (Family : Cyperaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात लामा-भालाकार, साँगुरो, बालामा फूल रातो, फूल छिप्पिएपछि बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। यो कोदो समान हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्वको कमीमा उपयोगी, प्राणवर्द्धक मानिन्छ।

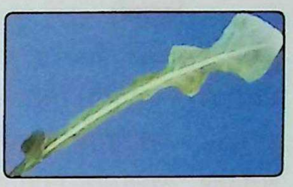
**औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, सर्दी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**१५५१. कोइरालो ठूलो सुनौलो, महापुष्प, कुन्हव्, कञ्चन, कञ्चनार, स्वर्णकञ्चन, Golden Flower Bauhinia, *Bauhinia* sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-८० फिट अग्लो, पात गोलाकार दुईभागमा बाँडिएको उपपत्र सानो, फूल सुनौलो हुन्छ। रातो र सेतोभन्दा यसको फूल ठूलो महापुष्प भनिन्छ। फल लाम्चो कोसा टाटाभित्र १०-१५ बीज खैरो रङको तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, रक्तातिसार र गण्डमालाहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, व्रणशोधक, पेटको रोगमा लाभदायक, वातनाशक, सङ्ग्राहक, चर्मरोगहर, सङ्कोचक, बलकारक, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, आउँ-पखाला, अर्श, मोटोपन, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, गानो, प्रमेह, रक्तविकार, क्षयरोग, जलोदर, प्रदर, मासिकअधर्म, दम, खोकी, गला-घाँटीका रोग, दाँत दर्द, रक्तरोग, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, नयाँ पात र फूलको साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### **१५५२. कोभी अग्लो वनेलु, वनगोभी असली, वनगोहजिह्वा, वनकाहु, जङ्गली काहू, Beach Launaea Plant, *Launaea pinnatifida* (Family : Asteraceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका ओसिलो जमिनमा पाइन्छ। यो ३-४ फिट अग्लो, पात गाईको जिब्रोसमान छिन्नभिन्न, दूधे सुनौलो फुल्ने, हाँगाबिँगाहरू जमिनबाट माथि निक्लेका गाँज, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चो तेलीय बीज पाक्छन्। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो टर्रो-मत्मत्याउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्तम्भक, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, मदकारक, निद्राजनक, वेदनानाशक, वातहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, रजःवीर्यसुधारक, रोचक, अतिश्रमहर, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हैजा, मन्दाग्नि, बेचैनी, अतिश्रमको पीडा, रक्तस्राव, अनिद्रा, मूत्ररोग, मानसिकरोग, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, नकसीर, रक्तार्श, रक्ताल्पता, पागलपन, तनाव, रजःवीर्यदोष, विषप्रभाव, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : वटी २-३ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, दूध ५-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीजतेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

### **१५५३. कोकिन सानो, पहाडी कोक्कारी, Hill Cocaine, Coke, Coca Plant, *Erythroxylum coca* (Family : Erythroxylaceae)**

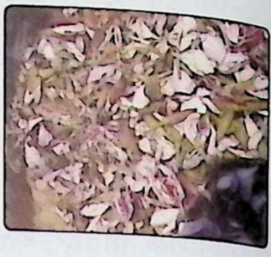
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, सुन्दरबिरुवा, पात चम्चाकार चेप्टो, पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार रातोफल भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, जरा, पात, बीज, फूल। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउँछ-कोक्याउँछ तितो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, सङ्कोचक, पुष्टिकर, वातव्याधिहर, स्नायुमण्डल उत्तेजक, अतिश्रमहर, संज्ञानाशक, मदकारक, निद्राजनक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी-दम, रुघा-चिसो, अति पीडा, अङ्गशोथ, यौनकमजोरी, अनिद्रा, वीर्य शीघ्रस्खलन, मानसिकविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो/चोप/भस्म/रस १-३ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क २० र स्वरससुई ५-१० तथा क्वाथ ३० र तेल १०-२० मि.लि., वटी १-२ वटा, काँढापानी/रस १ गिलास २-३ पटक।

### **१५५४. कोटबिरुवा, कोटाबोट, कोरोटा, कोराटा, Rose Myrtle Plant, *Rhodomyrtus tomentosa* (Family : Myrtaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको चेप्टोपात, सदा हराभरा रहने १०-१५ फिट अग्लो, फूल प्याजी/रातो/सेतो, गोलाकार बैजनी रङको फलभित्र रसिलो रगतसमान रातो गुदी र तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, पेटको रोगमा लाभदायक, नेत्रशक्तिदायक, स्त्रीधर्मपालक, पुष्टिकर मानिन्छ।

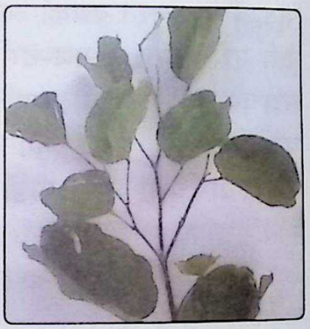
**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्ताल्पता, ज्वर, आन्त्रशूल, अतिसार, प्रवाहिका, रक्तस्राव, त्वचारोग, घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, मासिकअधर्म, रज-वीर्यदोष, अर्श, धातुरोग, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-३ वटा, पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

**१५५५. कोइरालो, काञ्चन, कचनार, कोइराल, काञ्चनार, Orchid Ebony Tree, Koiralo Plant, *Bauhinia variegata*** (Family : Fabaceae)



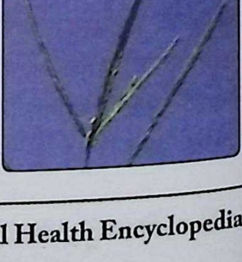
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यो ५०-६० फिट अग्लो, पतझर, सेतो र रातो मिश्रित हिउँदमा फुल्ने, धेरै हाँगाबिँगा, पात चेप्टो-गोलाकार, टाटामा तेलीयबीज लाग्दछन् । स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल बोक्रा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, विजातीय-त्रिदोषजविकार निष्कासक, रक्तशोधक, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, कण्ठशुद्धिकर, अग्नि-उद्दीपक, मेदहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले थोपा/थोपा मुत्ने, पत्थरी, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ-खटिरा, सुक्खा दम-खोकी, मिर्गौला सुन्निने, रक्तार्श, रक्तपित्त, पित्तज्वर, सुजाक, मधुमेह, वायुगोला, हैजा, रक्तस्राव, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, यौनरोग, छालाका रोग, मोटोपन, अर्बुद, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । फूलले निरोग राख्छ र सयौं रोगलाई हटाउँछ । **मात्रा :** सर्वाङ्ग लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ४० र क्वाथ १०० मि.लि., फूल साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, बीजतेल २० थोपा, पात १-२ वटा, बीज ३-५ वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**१५५६. कोइरालो रातो, रक्तकाञ्चनार, लाल कोइराल, Red Purple Orchid Koiralo Tree, *Bauhinia malabarica*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १८०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यो ५०-१०० फिट अग्लो कार्तिक-माघमा रातो फुल्ने, लामो फल टाटामा तेलीयबीज हुन्छ । यो पाँचपत्र छरिएर फुल्छ । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, रक्तशोधक, हैजा नियन्त्रक, सङ्ग्रहणीहर, मासिकधर्म नियामक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, मेदहर, ज्वरघ्न, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आउँ-पखाला, वमन, गानोगोला, अर्श, रक्तस्राव, सुजाक, महिनावारी, रक्तरोग, समस्त रक्तविकार, छालाको समस्या, मिर्गौला र कलेजोरोग, मधुमेह, निम्नरक्तचाप, अग्निमन्द, रगतको कमी, अर्बुद, उदरशूल, अर्श, मासिकअधर्म, दम, खोकी, जिब्रो-मुखका बिबिरा, गला-घाँटीका घाउ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, श्वासनली र गर्भाशयरोग, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फूल १ चम्चा, बोक्रा आधा-एक चम्चा ३-५ ग्राम, बीजचूर्ण ५-१० ग्राम, बीजवटी १-३ वटा, तेल २० थोपा, काँढापानी १ माना, फूलरस ५०-३० ग्राम, स्वरससुई/लेदो २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१५५७. कोदे बन्सो, कोदी, Wire Grass, *Eleusine indica*** (Family : Poaceae)



**चिनारी :** यो मानववस्तीका सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, बालामा सेतो कोदोझैँ फुल्ने, सेतो डाँठ, पात लामा, केस्रोमा तेलीयगेडाहरू लाग्दछन् । यो सर्वत्र हुन्छ । यो पशुहरूका लागि पुष्टिकर घाँसले राम्रो दूध-घ्यू मिल्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक-उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म :** यो श्वथघ्न त्रिदोषनाशक, वेदनानाशक, वातहर, पित्तनाशक, शक्तिदायक, बलकारक, तृप्तिदायक, रक्तरोगहर,

ऋतुधर्मनियामक, मूत्रल, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, नल, र बीज। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, अम्लपित्त, पित्तज्वर, पेट पोल्ने, रक्तरोग, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, रगतको कमी, मुखसुक्ने, विस्मृति, छारे-मृगी, अपस्मार, धातुरोग, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज १०-२० ग्राम, खुदो १ गिलास, सक्खर १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १५५८. कोदो मुठ्ठीझैं, मधूलिका, भूचरा, नेपाली कोद्रव, मडुवा, Finger Millet, *Eleusine coracana*

(Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। २-३ महिनामा पाक्छ र यो ठस्को हुन्छ। कोदो २-४ फिट अग्लो, डाँठ र फूल सेतो, दुवैतर्फ गएका लामा भालाकार पातहरू, बन्दमुठ्ठीझैं फल्ने, पिठोयुक्त बीज हुन्छन्। स्वाद मिठो-टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अतिश्रमहर, वेदनाशामक, वातव्याधिहर, लौहतत्त्वले परिपूर्ण, अग्निप्रदायक, स्नायुरोगमा उपयोगी, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, निष्कासक, बलकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, विषघ्न, जलशोषक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, हाड-ढाडको रोग, लौहतत्त्वको कमी, मन्दाग्नि, मधुमेह, जोर्नीवाथ, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मोटो, दम-खोकी, मेरुदण्ड-करङ सड्कने-दुख्ने, गृध्रसी, धनुर्वात, सन्धिशोथ, हड्डीवात, कटिवात, ठोक्किने, सुन्निने, निम्नरक्तचाप, बच्चाको शारीरिकविकास नभएको, जलोदर, कफवृद्धि, रसग्रन्थिरसको विकार वा अभाव-थाइराइड इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो सर्वोत्तम अमृत अन्न निर्दोषले समस्तरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ। नलबाट चिनी निकाली गुलियो उत्पादन गर्न सकिन्छ। **मात्रा** : सक्खर १०-२० ग्राम, पातलो खोले १ माना, ढिँडो ३०-१०० ग्राम, रोटी १-२ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १५५९. कोदोघाँस, मकडा, कोदेतारो, कोद्रव, Crow Foot Beach–Wiregrass, *Dactyloctenium aegyptium*

(Family : Poaceae)

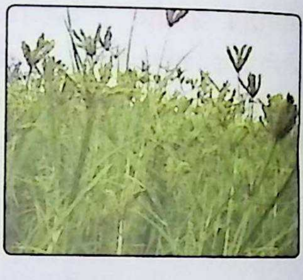
**चिनारी** : यो तराईदेखि ३००० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ। यो जेठमा उम्रन्छ र मंसिरमा पाक्छ र घाँस सुक्छ। यो १-३ फिट अग्लो, तारा आकारको हरियो-सेतो बालामा फुल्ने र तेलीयगेडा लाग्ने अनि पाक्छ। जरा सेतो, नल सेतो, पात लामो हुन्छ। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, मिर्गौला हितकारी मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मुखसुक्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पिसाब नखुल्ने, शारीरिक गर्मी, धातुरोग, रजःवीर्यदोष, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, अपच, अजीर्ण, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, तनाव, मृगी, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, चिनी/सक्खर १०-२० ग्राम, खुदो मनतातो ३०-१०० मि.लि., चिसो खुदो ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### १५६०. कोदो सेतो, हिमधूलिका, भूचरा, नेपाली कोद्रव, मडुवा, **Finger Millet Plant,** ***Eleusine coracana*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो जेठ-साउनमा कोदो रोपी मंसिर-पुसमा ५-७ महिनामा पाक्छ । कोदो २-३ फिट अग्लो, डाँठ र फूल सेतो, दुवैतर्फ गएका लामा भालाकार पातहरू, औंलाभैं. फल्ने, तेलीय वा पिठोयुक्तबीज हुन्छन् । स्वाद मीठो-चिप्लो र हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, अतिश्रमहर, लौहतत्त्व र अग्निप्रदायक, नसारोगमा उपयोगी, पुष्टिकर, कफनाशक, अर्बुदहर, वायुविकार निष्कासक, बलकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, विषघ्न, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अतिश्रमको पीडामा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, हाड-ढाडको रोग, लौहतत्त्वको कमी, मन्दाग्नि, मधुमेह, जोर्नीवाथ, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मोटो, दम-खोकी, मेरुदण्ड-करङ सड्कने-दुख्ने, गृध्रसी, धनुर्वात, सन्धिशोथ, हड्डीवात, कटिवात, ठोक्किने, सुन्निने, निम्नरक्तचाप, बच्चाको शारीरिक विकास राम्रोसँग नभएको, जलोदर, कफवृद्धि, रसग्रन्थिशिथिल, अभाव-थाइराइड इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो सर्वोत्तम अमृत अन्न निर्दोषले समस्तरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ । नलबाट चिनी निकाली गुलियो उत्पादन गर्न सकिन्छ । **मात्रा** : सक्खर १०-३० ग्राम, पातलो खोले १ माना, ढिँडो ३०-१०० ग्राम, रोटी १-२ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १५६१. कोदो सानोथुङ्गे, कोद्रव, मडुवा, **Finger Millet Plant,** ***Eleusine coracana*** (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यसको खेती हिउँपर्ने ठाउँमा चैत-वैशाखमा र निकै जाडो स्थानमा जेठ-असार र गर्मीमा साउन-भदौमा कोदो रोप्नुपर्छ । यो सानो कसिलो थुङ्गा हुने कोदो १-३ फिट अग्लो, वर्षायु, फूल छिप्पिएपछि धेरै तेलीयगेडाहरू लाग्छन्, भुसभित्र रातो-कालो गेडा पिसेपछि सेतो पिठो पकाएपछि कालो वर्णको हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-टर्रो र स्वभाव बीजको उष्ण र नल शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, मूत्रल, वेदनानाशक, अर्बुदहर, शोथघ्न, अस्थिपोषक, श्वासरोग र क्षयरोगमा लाभदायक, सङ्कोचक, मेदहर, बलकारक, वातपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कटिवात, स्नायुतन्तु, दुर्बलता, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, क्षयरोग, श्वासरोग, मधुमेह, हाडको रोग, लौहतत्वको कमी, नसारोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोले/रस/काँढापानी १ माना, ढिँडो १-३ चोइली, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., पुवा १०-५० ग्राम, रोटी १-२ वटा, भुटेको धूलो १०-२० ग्राम, उसिनेको गेडा ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५६२. कोदोघाँस मोटो, वनकोद्रव, **Goose Grass,** ***Eleusine indica*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो हरेक जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, काण्ड मोटो, पात लामो आयाताकार चुच्चो, सेतो फुल्ने, फलमाथि फर्किएका लामो केस्रामा भुसभित्र तेलीयगेडा हुन्छन् । यो आफैं उम्रन्छ । यो नफल्ने ठिमाहा धेरै हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, कफनिस्सारक, वातहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, नसारोग, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, धनुर्वात, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, लौहतत्वको कमी-रक्तरोग, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोले/रस/काँढापानी १ माना, रोटी १-२ वटा, पुवा २०-५० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज वटी ३-५ वटा, ढिँणो १-३ चोइली, उसिनेको कोदो गेडा ५०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

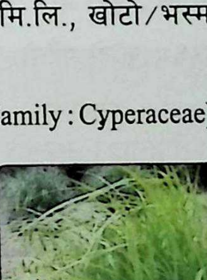
### १५६३. कोदो पाङ्दुरे, कागखुट्टे कोदो, उद्दालक कोदो, Crowfoot Millet, *Eleusine* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु १-३ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार चुच्चो, नल-डाँठ दृढ, सेता जरा, कागको खुट्टाझैं फल्ने, ७ केस्रामा रातो तेलीयगेडा पिठो सेतो पकाएपछि कालो हुन्छ। यो जाडोमा ५ महिना र गर्मीमा २-३ महिनामा पाक्छ। यसको स्वाद बीजान्न टर्रो-मीठो र नल-जरा मीठो र स्वभाव बीज उष्ण, अन्य भाग शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा र नल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, स्मृतिदायक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ। यसको बीज कफनिस्सारक, मेदहर, पीडानाशक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अस्थिपोषक, श्वासरोगहर, क्षयरोगमा लाभदायक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, ढाड-कम्मरदर्द, शारीरिक दुर्बलता, मधुमेह, स्नायुतन्तुकमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, अण्डकोशवृद्धि, लौहतत्वको कमी-रक्तरोग, क्षयरोग, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोले/काँढापानी १ माना, ढिँडो १-३ चोइली, रोटी १-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., पुवा २०-३० ग्राम, कोदो भुटेको गेडा २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### १५६४. कोदो काँडे वनेलु कोद्रब उसी, Princkly Millet-Sedge Plant, *Carex divulsa* (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो गाँजिन्छ, साना काँडा भएको १८-६० से.मि.अग्लो, सुइरेपात लामा-भालाकार साँगुरो, बालामा लमतन्य फूल र फूल लाग्छ, छिप्पिएपछि बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। यो कोदो समान हो। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो -टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, श्वासनाशक पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्वको कमीमा उपयोगी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १५६५. कोदो लम्बेतान बालो वनेलु रातो, उसी, Fringed Sedge Millet Plant, *Carex crinita* (Family : Cyperaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात भालाकार साँगुरो, वैशाख-असारमा बालामा लमतन्य फूल र फल लाग्छ, छिप्पिएपछि लमतन्य बालामा बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। यो कोदो समान हो। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, ब्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक, पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्वको कमीमा उपयोगी, जीवनीयत्त्वरक्षक, प्राणवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्वको

कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

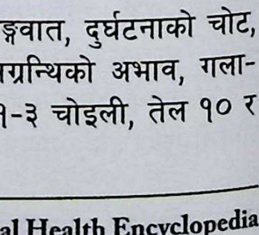
### १५६६. कोकाबीज, कोकफल, Cacao, Cocoa Seed, Food of the Special Plant, Ke Ke Shu, Kokko, Kakaw Fruit, *Theobroma cacao* (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा चिस्यान भूमिमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो गाढा हरियो, फूल सुनौलो ताराझैँ, लाम्चो फलभित्र काला वा खैरा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीजहरू । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मदकारक, निद्राजनक, तृप्तिकारक, बलकारक, स्मृतिदायक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, स्मृतिह्रास, हृदयरोग, अनिद्रा, तनाव, अतिश्रमको पीडा, सन्धिशोथ, दिमागी रोग, बहुलापन, कटिवात, रक्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : ५-१० दाना, चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, पिनेको लेदो/खोले २०-३० ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १५६७. कोदो पञ्जाकार झुसे हरियो, हरितकोद्रव, Green Hairy Millet Seeds Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, हरियो डाँठ, भालाकार पात लाम्चो फूल हरियो थुङ्गामा, फल पञ्जाकार माथि फर्केको, बीजहरू लाग्छन् र पाक्दा पनि हरियो नै हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, बलकारक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, मधुमेहनाशक, मलावरोधक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, दम-खोकी, पिनास, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, मधुमेह, स्नायुरोग, अङ्गदर्द, निम्नरक्तचाप, मोटोपन, सुन्निएको शरीर, लौहतत्वको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भुटेको गेडा ३०-५० ग्राम, खोले १ थाल, रोटी १-२ वटा, तेल/अर्क ३० मि.लि., पुवा ३-५ डाडु, ढिँडो १-३ चोइली ३-५ पटक ।

### १५६८. कोदो पहेँलो, लंकाबारे कोदो, बोक्रा पहेँलो भएको कसिलो बालो, Yellow Millet Grain Plant

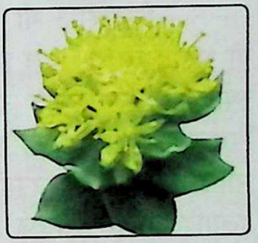


**चिनारी** : यो मानववस्तीमा सबै ठाउँमा खेती गर्न सकिन्छ । यो हरेक हावापानीका सुक्खास्थानमा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, पहेँला भालाकार पात लामो, फूल सेतो, फलको थुङ्गो कसिला र गोला तेलीयगेडाहरू, भुससहितका हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, अतिश्रमहर, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, जलशोषक, पत्थरीहर, मेदहर, मूत्रल, श्वासहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, अतिश्रमको पीडा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दुर्घटनाको चोट, जलोदर, हाडको रोग, कफवृद्धि, श्वासरोग, मोटोपन, ढाड-कम्मर दर्द, नसारोग, रसग्रन्थिको अभाव, गला-घाँटीको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रोटी १-२ वटा, खोले १ थाली, ढिँडो १-३ चोइली, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., नल रस १ गिलास, जरा चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५६९. कोदो-भटमासको लिटो, Millet and Soyabean Litto, Thick Gruel

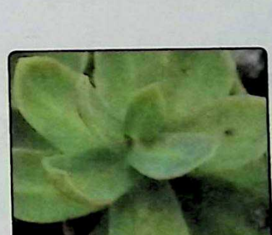
**चिनारी** : कोदो र भटमासलाई केलाएर छानी फोहोर फाली पानीले एकपटक पखालेर सुकाई हाँडीमा हल्का फुटेर निकाली जाँतो वा मेसिनमा पिसेर धूलो बनाई उम्लेको पानीमा पिठो हाली पकाएको लेदोलाई लिटो भनिन्छ । अब यो लिटोमा नुन अथवा सक्खर राखी केटाकेटी/बूढाबूढी/रोगीलाई दिनुपर्छ । यो लिटोमा दूध हालेर पिउन मिल्छ, लिटो र दूध तातो नभए मह राख्न सकिन्छ । विनानुन र चिनी नभएको बनाउने भए पाकी सकेपछि सिस्नु/अल्लो/धनिया/चम्सुर/लसुन/प्याज/ छ्यापी/जिम्बु वा कुनै पनि हरियो साग राखी १ मिनेट उमाली हरियो लिटो बनाउन सकिन्छ । यसको स्वाद अति मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, पीडानाशक, वातव्याधिहर, अतिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, अतिश्रमहर, निद्राकर, अस्थिपोषक, विषघ्न, अर्बुदहर, बुढचौलीनाशक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, हाड-ढाडको रोग, कुपोषण, अर्बुद, अतिश्रमको पीडा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, लौहतत्वको कमी, विषप्रभाव, दम-खोकी, कफवृद्धि, रजःवीर्यदोष, जलोदर, स्नायुरोग, अर्श, रगतको कमी, रक्तरोग, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लिटो ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५७०. कोटी, कुष्ठी-कोदी, Golden Root Plant, *Rhodiola rosea* (Family : Crassulaceae)



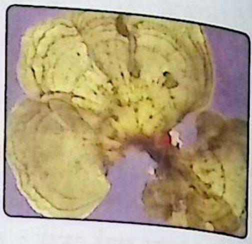
**चिनारी** : यो २०००-५००० मिटरको हावापानीमा पाइन्छ । यो सुक्खायाममा मिल्छ । यो ३०-५० से.मि. अग्लो, सदावहार, पहेँलो-हरियो फूल चारपाते अति रातो धेरै बास्नादार, पात बाक्लो चेप्टो, जरा सुनौला जराबाट माथि गएका हाँगाहरू, बीज थुङ्गामा तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, तनावहर, पुष्टिकर, बलकारक, स्मृतिदायक, वातहर, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, व्रणरोपक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, नसारोग, हृदयरोग, क्षय, जलोदर, दम, खोकी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५७१. कोटी सेतो, क्रोढी-कुष्ठी सफेद, White Toothed Rhodoila Plant, *Rhodiola heterodonta* (Family : Crassulaceae)



**चिनारी** : यो ३०००-५००० मिटरको शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो, पात चेप्टो बाक्लो दाँती भएको, फूल सेतो, हाँगाहरू भुइँबाट निक्लेका, थुङ्गामा बीजहरू लाग्छन् र तेलीय बीज पाक्छन्, जरा खैरा लामो औंलासमान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, बलकारक, रक्तसञ्चारक, मेदहर, ज्वरहर मानिन्छ । औषधीय उपयाग : यसले अर्बुद, रक्तदोष, घाउ-खटिरा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रगत बाक्लो हुने रक्तरोग, गुल्म, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १५७२. कोष्टक झ्याउ, समुन्द्री कोष्टक, Question Marked Sea Plant, Brown Algae, *Lobophora variegata* (Family : Dictyotaceae)



**चिनारी** : यो समुन्द्रमा पाइन्छ । यो खैरो रङको कोष्टक आकार/छाप देखिने झ्याउ हो । यो कोष्ठचिन्ह आकारको हुन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो-लामो फैलिएको हुन्छ । यो ३०-४० फिट गहिरो पानीपोखरीमा तैरिन्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, कुपोषण, रगतको कमी, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्श, सङ्ग्रहणी, यौनरोग, कमजोरीको ज्वर, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रक्तदोष, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरससुई २-१० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५७३. कोलो, हिमाली राजमा, Himalayan Kindney Bean Plant

**चिनारी** : यो उच्चपहाडी क्षेत्रमा खेती गरिन्छ । यो २०००-४००० मिटरसम्म गोठतिर पाइन्छ । यो झ्याङ लाग्छ, फूल हर-रङको, कोसामा तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन् । यो ६-८ महिनामा पाक्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गेडा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, बुढचौलीनाशक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, अतिश्रमको पीडा, रजःवीर्यविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० मि.लि., काच्चो गेडा १०-२० ग्राम, भुटेको २०-३० ग्राम, पकाएको तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५७४.कोदो ठूलो सेते, श्वेतकोद्रव, Big White Millet Grain Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, नल सेतो, पात लामो, फूल थुङ्गामा सेतो, बाला कसिएको केस्रा भएको, तेलीयदाना सेता हुन्छन् । भुस धेरै बाक्लो हुन्छ, कोदो कम पर्छ, यसको पिठो फापरसमान वर्णको हुन्छ । यो कोदो टर्रो हुँदैन । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गेडा र नल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, शोथघ्न, मधुमेहहर, पुष्टिकर, हाड र नसाको रोगमा उपयोगी, बलकारक, आयुर्वर्द्धक, पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, नसारोग, गलग्रन्थि रोग, गला-घाँटीको रोग, दम-खोकी, टन्सिल, आमवात, अङ्ग सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल/अर्क ३०-५० मि.लि., पातलो खोले १ माना, रोटी १-२ वटा, पुवा १ कचौरा, साग/दालमा मिश्रण ३-५ चम्चा ३-५ पटक।

### १५७५. खरीघाँस, खरिघाँस, Khari Grass

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, सेतो डाँठ धेरै हाँगा, पात भालाकार, सेतो बालामा फुल्ने, तेलीयबीजहरू, आँख्लाबाट हाँगा निस्कन्छ । यो घाँस पशुहरूलाई मन पर्छ । स्वाद गुलियो-मधुररस र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, डाँठ-काण्ड र मूल ।

**गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मरणशक्तिदायक, रक्तवर्द्धक, पित्त-वातनाशक, अम्लपित्त-कमलपित्तहर, ज्वरहर, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विस्मृति, अम्लपित्त, कमलपित्त, आन्द्रा सुक्ने रोग, पित्तज्वर, रगत कमी, रजवीर्यदोष-धातुरोग, घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख सुक्ने, धेरै प्यास लाग्ने, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने, रक्तरोग, पिसाबको रोग, तनाव, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चिनी वा सक्खर ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१५७६. खरायोकाने, खरगोसकर्ण, डिथा सजिन (Am), Rabbit Ear Leaf Grass, *Lagotis brachystachya***
(Family : Plantaginaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो, भुइँबाट निक्लेका पात लामो-फराकिलो, पुष्पदण्ड रातो डाँठमा सेतो फुल्छ, जरा खैरा, तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रासुक्ने, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तदोष, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, मोटोपन, कामला-हेपाटाइटिस, बिग्रेको पेट, रक्तस्राव, पित्तअधिकता, अपच-अजीर्ण, पुरानो ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, पिसाबको रोकावट, धातु भर्ने, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

**१५७७. खनायो लता, खन्नीलहरे, Lahare Pahare Khanayo, Wall Creeper Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो जतासुकै जरा निस्कने सबैतिर छिटो फैलिने यो सर्वत्र हुन्छ। ढुङ्गा/सिमेन्टको पर्खाल बलियो र हरियो बनाउन यसलाई रोपिन्छ। यसको यो ३०-१०० फिट लामो लहरा, पात चेप्टो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, मुठ्ठीभरको चेप्टो फलभित्र तेलीय बीज, जरा प्रशस्तै हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, सङ्कोचक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, प्रमेह, प्रदर, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, मुख-जिब्रोका बिबिरा, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, जोर्नीवाथ, दुख्ने, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, मासिकअधर्म, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श, तनाव, मानसिकरोग, ज्वर, हाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको विशाल भ्याङले खराब कीटाणु प्रवेशमा कमी ल्याउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, फूल वा पात १-३ वटा ३-५ पटक।

### १५७८. खराने सानो, लोधखोल्मे लेकको, Himalayan Symplocos Tree, *Symplocos dryophila* (Family : Symplocaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-३२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, सेतो रूख, पात आयाताकार लाम्चो दन्तुर, फूल कलेजी हल्का रातो फुल्छ, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, यकृतपुष्टिकर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुख्ने, कलेजो रोग, गानोगोला, हाडदर्द, पित्तरोग, पत्थरी, निम्नरक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, गाँठा-गिर्खा, पेटकारोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, रगतमासी, यौनजन्यरोग, सेतोपानी बग्ने र रातोपानी झर्ने, प्रदर, पखाला, वमन, कष्टदायक मासिकधर्म, पेटका घाउ, हैजा, रक्तस्राव, खसेको गर्भाशय, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । पातको साग खाने चलन छ । **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५७९. खस्रे निगालो, पोम्बा, पत्ति निगालो, Nigalo Blade Plant, *Arundinaria* sp. (Family : Poaceae)

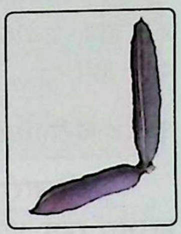
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका लेकतिर पाइन्छ । यो निगालो गुलियो आसपास मिल्छ । यो १०-२० फिट अग्लो हुन्छ । यसको चोया/गिद्रो जर्कटो साह्रो अनि भाँचिन्छ साथै पत्तिझैं हात काट्छ वा धारिलो र मजबूत रहन्छ । यसको टुसा वैशाख-भदौसम्म पलाउँछ । स्वाद तितो लाग्छ, स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : टुसा-नयाँ मुना । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको कलिलो मुना पत्थरीनाशक, पित्तरोगहर, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, आयुर्वर्द्धक, बलकारी, रजवीर्य उत्पादक, मृदुरेचक, अम्लनाशक, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : परिपक्व निगालो घरका सामग्रीदेखि बजारसम्मका अनेकौं आवश्यकतालाई परिपूर्ति गर्छ । यसले उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पत्थरी, कमजोर मिर्गौला, पौरुषगन्थी वृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, मुख सुक्ने, प्यास लागिरहने, कब्ज, मूत्रकष्ट, अर्श, पित्तज्वर, पिसाब थैलीका विभिन्न रोग, रगत-वीर्यको कमी, अम्लतावृद्धि इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, काँढापानी १/१ कचौरा, कलिलो मुना १/१ वटा, पकाएको टुसा ३०-५० ग्राम, धूलो ५-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १५८०. खयर घोडे, घोडेखयर, खैयर, प्रवालवृक्ष, Coral Shower Tree, Horse Cassia Plant, *Cassia grandis* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, ६०-१०० फिट अग्लो, ३-५ फिट गोलाई, पात दुवैतिर गएका संयुक्त २०-३० वटा, फूल सेतो-गुलाबी ढकमक्क फुल्ने, फल लामा कोसामा भित्र तेलीय धेरै बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, कफव्यवस्थापक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, कफग्रस्त दम-खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, गर्भाशयशिथिल,

अर्श, उदरशूल, चर्मरोग, मधुमेह, मोटोपन, दाद, दुबी, कुष्ठ, सर्पले डसेको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., बीज १-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५८१. खयर गन्हाउने, खयः, बिटखदिर, गन्धकीखैयरा, Needle Bush Tree, *Acacia farnesiana* (Family : Fabaceae)

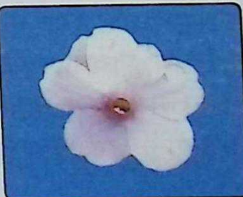


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पात संयुक्त मसिना खयर समान, काण्ड वा हाँगामा तीखा काँडा, सनौलो फुल्ने, फल कोसामा तेलीय बीज हुन्छन् । यो ठस्स गन्हाउने खयर हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, दन्तरक्षक, कर्णरोगहर, मेदहर, गुल्महर, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मासिकअधर्म, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, सुजाक, हैजा, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, कण्डु, स्नायुदुर्बलता, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, कफग्रस्त दम-खोकी, दाँतको रोग, कर्णरोग, मोटोपन, उदरगानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३ -१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५८२. खमारी रातो-पहेँलो फुल्ने, गमाहरी, स्वर्णगम्भारी, Golden Coomb Tree, *Gmelina arborea* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो २००० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, ८०-२०० फिट अग्लो, पतझर १०-२० फिट मोटो, मुलायम ठूलो चेप्टो पात, फूल रातो-सेतो वर्णको, अण्डाकार फल पाकेपछि स्वादिलो, ठन्डा र स्निग्धभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । यो पतझर छिटो हुर्कने र राम्रो घाँसे रूख हो । यसबाट सुनौलो चोप निक्लन्छ । जरा दशमूलकाँढाको विशेष औषधिमा राखिन्छ । यो तितो-टर्रो स्वाद र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, केशरक्षक, मृदुरेचक, मूत्रल, पाचक, मेधाजनक, भेदक, रजःवीर्यसुधारक, उदरशुद्धिकर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको यसले आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, बलवीर्यको कमी, कपाल-केशरौं झर्ने, अधिकपित्त, दाहा, रक्तक्षय, वातरक्त, सुजाक, शिरशूल, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा पीतवर्णको गाढातेल, क्षार, मैगनिज, बेँझोइक एसिड, टार्टरिक, चिफ्लोराल एवम् अल्पटेनिन पदार्थ हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो/चोप ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि, फल १०-२० ग्राम, भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

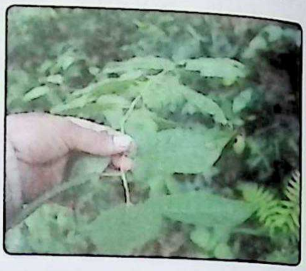
### १५८३. खल्युँ, गतिनाकपो, फुली, पाँचपत्रे फूल, Gatik Chungwa (Am), *Androsace strigillosa* (Family : Primulaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण लेकदेखि शीतोष्ण हावापानीका २४००-४७०० मिटरमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, बास्नादार, पात चेप्टो, फूल सेतो-रातो वा प्याजी, फल कोसामा रोमशभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग।

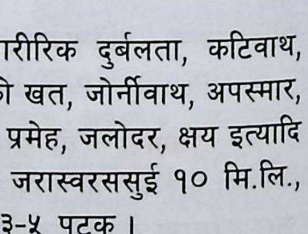
स्वभाव शीतल र स्वाद तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, निद्राजनक, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, रक्तरोगहर, कपालरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, मोटाउनेरोग, उदरशूल, रक्तपित्त, कपालरोग, रक्तचाप, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

**१५८४.खरीमधिशे, कुयल, जिया, जियो, Charcoal Tree, *Trema orientalis*** (Family : Cannabaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लगभग १०-१५ से.मि.लामो र ५-७ से.मि.चौडा चुच्चो, बोक्रा पातलो खैरो, बोक्रा टेनिनको स्रोत हो। यसको फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल गोलाकार फाकेपछि कालो तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद बीज चिप्लो र मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको गेडाले कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त सन्चो पार्छ। यसको पातले वायुगोला, अर्श, मोटो-भद्दापन, क्षयरोग, दम-खोकीमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-२० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

**१५८५.खर रातो, रातो खरघाँस, Red Kangaroo Grass, *Themeda triandra*** (Family : Poaceae)

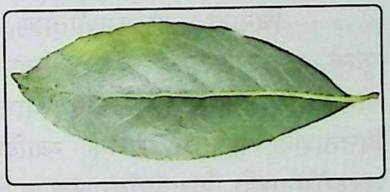


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, पात २०-५० से.मि. लामो र २-३ से.मि. चौडा, फूल रातो, जरा सेता लामा, बीजहरू लामो चुच्चोदार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिग्रेको खत, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा जरास्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १५८६. खया महोगनी, अफ्रिकन महोगनी, Khaya Mahogany Tree, *Khaya senegalensis* (Family : Meliaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, पातदुवैतिर गएका लाम्चो, फूल सेतो वा हरियो पहेँले, गोलाकार फलभित्र खैरा तेलीय बीज र हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, उदररोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, सङ्ग्राहक उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, दम, खोकी, क्षय, जलोदर, श्वासरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, मुखपाक, गलग्रन्थिरोग, प्रदर, कमलपित्त, रगतमासी, रक्तस्राव, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । जुनसुकै माटोमा रोपेर काठको राम्रो उत्पादन बढाउन सकिन्छ । **मात्रा** : वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, खोटो /भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५८७. खराने, रोद्रा, लोध्रा, लोत्शंखा, Dzongkha Tree, *Symplocos ramosissima* (Family : Symplocaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो, फूल सेतो रङ, फल गोलोभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटरोगमा लाभदायक, दर्दहर, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, स्वरससुई २-१० र तेल १०-५० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५८८. खम्बालोप्साङ, शिवसगन्धिका, दैविकधूप, Khambalopsang Scented Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात भुवादार सेतो, फूल सेतो वा पहेँलो फुल्ने, तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी,

विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धि र संक्रमणकारी रोग हटाउन प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

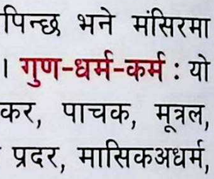
### १५८९. खण्डोउषा (मुस्ताङ), हिमालपारिको पुनर्नवा, Khandousa Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको २७००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो भुइँमा फैलिन्छ पात गोलाकार फूल रातो छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसलाई हिमाली पुनर्नवा पनि भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो परपराउने पकाएपछि मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, टन्सिल, रुघा, पिनास, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, गल-घाँटीका रोग, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र पित्तवृद्धि, आउँ-पखाला, हैजा, आन्द्राको खटिरो, छालारोग, मोटोपन, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद ज्वर, डन्डिफोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५९०. खट्टेधान, टासिवा, चिनियाधान, सिरौँलेधान, Khatte Dhan

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, सेतो फुल्ने, धानको बोक्रा पहेँलो, गोडा ठूलो, भित्र चामल हल्का पहेँलो । यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाका रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटका रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको भात डल्लो पर्छ । यसको खट्टे, दही-चामल, सिरौँला, लट्टे, भिजेको चामल इत्यादिमा विशेष प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १५९१. खसबीज, पोस्तदाना, अफिमबीज, खसखस, Ground Poppy Seeds, Semen Papveris Plant, *Papaver somniferum* (Family : Papaveraceae)

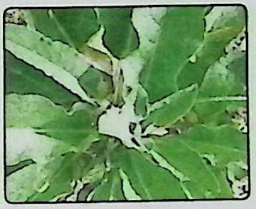


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। अण्डाकार दूधेफलभित्र फल धेरै तेलीय सेता बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक वातव्याधिकर, वाजीकर, कामोद्दीपक, कफनिस्सारक, पुष्टिकर, बलकारक, रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक, उदररोगनाशक, रेचक, पाचक, दुग्धवृद्धिदायक, गर्भपोषक, फुफ्फुसहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, निन्द्राजनक, तनावहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्भरोग, स्तनमा दूधको कमी, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, आँखाको कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला,

अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचन प्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, दुब्लाउँदै जानेमा, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, अनिद्रा, पागलपन, तनाव, सम्भोगशक्तिह्रास इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १५९२. खप्तडसाग, हिमाली लामापाते साग, कन्फ्रेठूलो, दमको, **Onion Color Comfrey**, ***Symphytum officinale***

(Family : Boraginaceae)

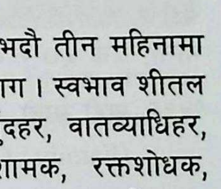


**चिनारी** : यो संसारका सबै जलवायुमा पाइन्छ। यो जहाँ रोप्यो सर्छ छिटो गाजिन्छ। यसको पुष्पदण्ड १-३ फिट अग्लो, भुइँबाट निक्लेका १५-५० से.मि. लाम्चो मुलायम रोमश पात, फूल प्याजी फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र चिप्लो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुख्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुख्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### १५९३. खस्रुको च्याउ, खस्रुमस्रु, **Khasru Chyau, Masru Musroom**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हरियो बुढो रूखमा असार-भदौ तीन महिनामा केही पहेँलो रङमा गोलो/पाटे/खण्डखण्ड परेको देखापर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो र मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, धातुस्राव, वीर्यदोष, जलोदर, मुसा निक्लने, पिलो आउने, शरीरको कडापन, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १५९४. खनायो रायो, खुरुहरी, राईखन्यु, खैना, **Fodder Fig Tree**, ***Ficus semicordata*** (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका सुख्खा पत्थरिलो माटोमा पाइन्छ। यो पतभर खनायो ३०-५० फिट अग्लो रूख, पात खस्रो, जरादेखि टुप्पासम्म जराहरू निक्लेका, जराहरूमा गोलाकार फल लाग्छन् भित्र तेलीयबीज हुन्छन्। स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मीठो-टर्रो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, जरा, बोक्रा, चोप र

पात । यसका फलहरूले भोक, तिर्खा मेटाउँछ, पेट सफा पार्छ, आन्द्रालाई शक्ति दिन्छ, रगत बढाउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ऋतुस्राव नियामक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, मृदुरेचक, पाचनशक्ति प्रदायक, चर्मरोगनाशक, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, गर्भरक्षक, त्रिदोषजविकार निष्कासक, कफनिस्सारक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, वेदनाहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तप्रदर, श्वेतप्रदर, शारीरिक गर्मी, अत्यधिक पित्त, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, पेटका घाउहरू, हैजा, रक्तस्राव, अतिरजःस्राव, धातुप्रमेह, महिलाजन्य डरलाग्दो रोग, सुजाक, भिरङ्गी, फिरङ्गी, पुरुषको धातुगर्मी, वीर्यपातलो, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बोक्रा र फल चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १/१ माना, ताजा पाकेको फल ५०-१०० ग्राम, फलरस १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप ३-५ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, फल २-५ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १५९५. खन्यु, अखजी, नफल्ने भाले खनायो, खुरहुर, नमीठो खनाया, Astringent Khanayo Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यम वर्गको वृक्ष ४०-५० फिट अग्लो, टेढोमेडो हाँगाबिँगाहरू, पात खस्रो हुन्छ र राम्रो घाँस मानिन्छ । यसको स्वाद टर्रो-कषाय रस र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप-बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, कण्ठशुद्धिकर, हैजा नियन्त्रक, उदररोगमा लाभदायक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, गुल्महर, अग्निकारक, वातव्याधिहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, गला-घाँटीको समस्या, टन्सिल, गानो, सङ्ग्रहणी, अर्श, अर्बुद, हैजा, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पेट डम्म-ढुस्स हुने, पेट दुख्ने-पोल्ने, गानोगोला-वायु, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जरा र बोक्राले पखाला रोक्छ र धेरै रोगलाई शमन गर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५९६. खरी सानो, नानखड्डु, सिहोर, Khari Small Tree, Small Black Berry Plant, *Celtis tetrandra* (Family : Cannabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका २००० मिटरसम्मको उचाइमा पाइन्छ । यो मझौला रूख ३०-५० फिट अग्लो, लाम्चो पात, सेतो फुल्छ र गोलो फल पाकेपछि सुन्तलाझैँ भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद टर्रो-चिप्लो मीठो र स्वभाव उष्णवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, अर्बुदहर, मृदुरेचक, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, हृदयहितकारी, आन्द्रालाई पुष्टिकर, मूत्रल, बलकारक, वातहर, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, शोथघ्न, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पाचन शक्तिलाई राम्रो गर्छ, भोजन पचाउँछ, रगत बढाउँछ । यसको बोक्राले आउँ-पखाला, जोर्नी दुख्ने, मुटुको शोथ, कब्ज, अर्श, आमवात, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, गानोगोला, ज्वर, पित्तरोग, मासिकअधर्म, सन्धिशोथ, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, उदररोग, अम्लपित्त, कामला, हृदयरोग, अङ्गशोथ, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., पातरस १०-१५ ग्राम, भस्म/चोप/खोटो १-३ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १५९७. खरीवृक्ष कालो, खिर्ककाला, कृष्णखरी, **Gorkha Black Big Nettle Tree, *Celtis tetrandra*** (Family : Cannabaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १००-१६० फिट अग्लो, चुच्चो-चेप्टो पात नरम केही कालो, बोक्रा र काष्ठसार कालो, कालो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्, सबै भाग चिप्लो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मृदुरेचक, अग्निकारक, रुचिकारक, उदररोगमा लाभदायक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, मूत्रल, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, हृदयरोग, अर्बुद, उदरशूल, कोष्ठबद्धता, अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, उदरवायु इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० वटा, पात १-२ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

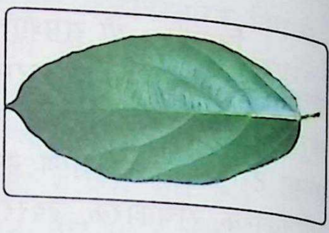
### १५९८. खरीवृक्ष रातो, लालखिर्क, रक्तखरी, **Gandaki Red Nettle Tree, *Celtis* sp.** (Family : Cannabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१६० फिट अग्लो, चुच्चो-चेप्टो पात नरम, बोक्रा र काष्ठसार रातो, कालो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद चिप्लो, मीठो एवम् हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मृदुरेचक, अग्निकारक, उदररोगमा लाभदायक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, मूत्रल, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, हृदयरोग, अर्बुद, उदरशूल, कोष्ठबद्धता, अजीर्ण, अरुचि, मन्दाग्नि, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, उदरवायु इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० वटा, पात १-२ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १५९९. खसु, खर्सु, **Khasru Oak, Hard leaves Plant, *Quercus semecarpifolia*** (Family : Fagaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः १८००-३२०० मिटरका लेकाली क्षेत्रका ठन्डा ठाउँमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, गोलो तेलीयगेडा, पात च्याप्टा, काँडादार हुन्छन् । यो विशाल पुराना रूखहरूमा चोप निक्लन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफज विकारहर, कफनाशक, वेदनाशामक, गर्भाशय सङ्कोचक, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, श्वासरोगहर, पित्तनाशक, वातहर, व्रणरोपक, जलशोषक मानिन्छ । यसको चोपले जीवननीयतत्व बढाउँछ, पेटका घाउ र फोक्सोको विकारमा अत्यन्त लाभ पुऱ्याउँछ, मुटुको धड्कन बढेकोमा फाइदा गर्छ, समस्त वातव्याधि रोगमा हित गर्छ, दुब्लो-पातलो मधुमेह रोगमा कल्याण पुऱ्याउँछ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, राजयक्ष्मा, दम, खोकी, मधुमेह, श्वर बिग्रेको, कफग्रस्त चिसो र रुघा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, गला-घाँटीका खटिरा, टन्सिल, जलोदर, गृध्रसी, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, धूलो १ चम्चा, चोप १-२ ग्राम, बोक्रा तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६००. खस्रेतो पात लाम्चे, खस्रेटो, कालाउमर, लस्पत्ते कठगुलेरिया, खरहारा, कठमडो, गोब्ला, Hairy Fig, Gular Fig Plant, *Ficus hispida* (Family : Moraceae)

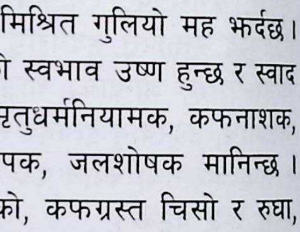


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सुक्खा ढुङ्ग्यान माटोमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, लाम्चो-फराकिलो पात, टेडोमेडो हाँगा डालीमा गोलाकार दुबैतर्फ गएका, फलभित्रमसिना तेलीयबीज हुन्छन् । यो सदा हराभरा रहने घाँसे रूख हो । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सुन्तलासमान फल, बोक्रा र पात । **गुणधर्म-धर्म शक्ति** : यो हैजा नियन्त्रक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारी, रज:वीर्य वृद्धिकर, सङ्कोचक, कफहर, आउँ-पखालामा लाभदायक, गर्भाशयरक्षक, अर्बुदहर, गलाशोधक, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, आङ खस्ने, धातुरोग, गला-घाँटीको रोग, गाँठा गिर्खा, फोक्सो कमजोर, कफवृद्धि, वमन, प्रदर, प्रमेह, वायुगोला, शूल, अर्बुद, विषप्रभाव, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका विमिरा घाउ, टन्सिल, श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ फल, रस/लेदो, ५-१० ग्राम, फल चूर्ण ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग अर्क ५० र तेल १० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, चोप/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-२ ग्राम ३-५ ग्राम, जडचूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६०१. खस्रुमह, रक्तमधु, Khasru Maha, Quercus Blood Honey Tree

**चिनारी** : यो प्राय: १८००-३२०० मिटरका लेकाली क्षेत्रका ठन्डा ठाउँमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, गोलो तेलीयगेडा, पात चेप्टो, काँडादार हुन्छ । यो विशाल पुराना रूखहरूमा मीठो चोप निक्लन्छ । बूढा वृक्षहरूको बाहिर बोक्राबाट आउने सेतो र भित्रैबाट निस्केको रातो कालो मिश्रित गुलियो मह झर्दछ । पानी नपर्दा सुक्खायाममा धेरै रस निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मह । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, वातहर, ऋतुधर्मनियामक, कफनाशक, वेदनाशामक, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, विषघ्न, श्वासरोगहर, वातहर, व्रणरोपक, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रक्तरोग, दम, खोकी, मधुमेह, श्वर बिग्रेको, कफग्रस्त चिसो र रुघा, घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, गला-घाँटीका खटिरा, टन्सिल, जलोदर, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, मासकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले जीवननीयतत्त्व बढाउँछ, पेटका घाउ र रक्तविकारमा अत्यन्त लाभ पुऱ्याउँछ, मुटुको धड्कन बढेकोमा फाइदा गर्छ, समस्त वातव्याधि रोगमा हित गर्छ, दुब्लो-पातलो मधुमेही रोगीलाई कल्याण पुऱ्याउँछ । यो निर्दोष महले सबैलाई फाइदा दिन्छ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, मह ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६०२. खजुरी-थाकल, रूख थाकल, खेझीकजर, खर्जुरी, Khajuri–Thakal, Wild Date, *Phoenix* sp. (Family : Arecaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ । यो १५-२० फिट अग्लो, लामा धारिला पातहरू, एक मूल-काण्ड, कडा पात, फूल सेतो र फल कालोभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यो ढुङ्ग्यान खगर-बगर नदीनाला-तालका नजिक उम्रन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र काण्डभित्रको गुदी र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, तृप्तिकारक, स्मरणशक्तिदायक, रक्तवर्द्धक, रजवीर्यजनक, रुचिकारक, हृदयहितकारी, दुर्बलतानाशक, मदकारक, दर्दहर,

वातव्याधिहर, त्रिदोषनाशक, बलकारक, मलमूत्रशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ, पाचनअङ्ग सुक्खा, पेट पोल्ने, सुकेनाश, गानोगोला, शारीरिक कमजोरी, मुटुको उच्च धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, विषमज्वर, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ३-५ वटा, गुदी र बीज ३-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १६०३. खयर सेतो, श्वेतखदिर, खयः, सफेदखैर, चोपखयर, Gum White Acacia Tree, *Acacia suma* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, खयरसमान, कण्टकवृक्ष बोक्रा र काष्ठसार सेतो हुन्छ, प्रत्येक फलमा ३-६ तेलीय बीज हुन्छन्, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, अर्बुदहर, शोथघ्न, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तशोधक, सङ्कोचक, मदकारक, वेदनानाशक, कण्ठशुद्धिकर, गलग्रन्थि रोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, दन्तरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, अर्बुद, पाठेघर खस्ने र सुन्निएको, मधुमेह, रक्तस्राव, अग्निदग्ध, दम, खोकी, पिनास, रक्तविकार, टन्सिल, चिसो-रुघा, गर्भाशयशोथ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, चर्मरोग, हैजा, रक्तस्राव, दाँतरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : वटी १-२ वटा, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा खदिरारिष्ट/खदिरासव २०-३० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६०४. खयर पहँलो, पीतखदिर, खयः, पीँला खैर, चोपखयर, Gum Yellow Acacia Tree, *Acacia* sp. (Family : Fabaceae)

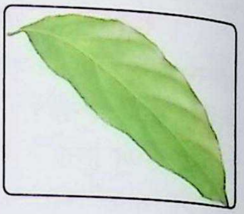
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, खयरसमान, कण्टकवृक्ष बोक्रा र काष्ठसार पीत हुन्छ, प्रत्येक फलमा ३-६ तेलीय बीज हुन्छन्, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, रक्तशोधक, सङ्कोचक, मदकारक, वेदनानाशक, कण्ठशुद्धिकर, गलग्रन्थि रोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, दन्तरक्षक, मेदहर, शोथघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ । औषीय उपयोग : यसले मधुमेह, रक्तस्राव, अग्निदग्ध, दम, खोकी, पिनास, रक्तविकार, टन्सिल, चिसो-रुघा, गर्भाशयशोथ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, चर्मरोग, हैजा, रक्तस्राव, दाँतरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा खदिरारिष्ट/खदिरासब १०-३० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६०५. खयर किमती, कुम्मत, कुम्टठा, Gum Arabic Tree, *Acacia senegal* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, काँडादार वृक्ष, पात संयुक्त दुवैतिर गएका, बोक्रा रातो, पहँलो-सुनौलो बालामा फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्, चोप निस्कन्छ । यसको खोटो बनाउने अथवा कोपेर चोप निकाल्ने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद ज्यादै टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, रक्तशोधक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, कण्ठशुद्धिकर, मेदहर, व्रणसुधारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, बलकारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, दन्तरक्षक, शोथघ्न, सङ्ग्राहक, सङ्कोचक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जलोदर, क्षयरोग, फोक्सो/श्वरनलीशोथ, मुखपाक, सुजाक, ज्वर, रक्तस्राव, कफग्रस्त खोकी, दम, हैजा, आउँ-पखाला, रक्तातिसार, कुष्ठ, टन्सिल, गला-घाँटीका घाउहरू, आन्द्राका खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मोटोपन, श्वासरोग, दन्तरोग, सङ्ग्रहणी, गर्भाशयशोथ, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा बीजतेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, लेपन गर्ने, लगाउने ३-५ पटक।

**१६०६. खन टर्रो, खयरलता, चेप्टोपाते पोते, मोकुरा, Uncaria Plant, *Uncaria gambir*** (Family : Rubiaceae)

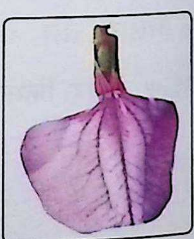


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो लहरो चेप्टो पात, झिल्लीदार तथा चुच्चो भालाकार-पातको तल्लो भागमा रौंयुक्त फूल प्याजी-सेतो-पहेँलो बहुरङी फुल्ने, तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग गरिने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, कण्ठशोधक, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, वातहर, अर्बुदहर, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मुखपाक, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, गाँड, पाचनरसको अभाव, अतिसार, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्बुद, मोटोपन, गर्भाशयरोग, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, गलग्रन्थिरोग, गर्भाशयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ गिलास, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

**१६०७. खजुरी, खर्जुरिका, खर्जूरी, Wine Palm, *Phoenix* sp.** (Family : Aracaceae)

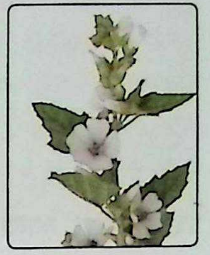
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो खजुरवृक्षभन्दा ठूलो, ५०-१०० फिट अग्लो, पात संयुक्त पातलो लामो चुच्चो भालाकार वृक्षको टुप्पोमा लाग्छन्, फल अण्डाकार सुन्तला रङको भित्र तेलीय एक गुठली रस निस्कन्छ जसबाट चिनी, सक्खर, सिरका, मद्य, अनेक पेय बनाइन्छ। यसको गाभा वा गुदा अथवा मज्जा काट्यो भने फल्दैन। यो खजुरसमान रासायनिक संघटन एक नै मानिन्छ। यसको स्वभाव उष्ण भनिन्छ। यो स्वाद मीठो-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदवृद्धिकर, पुष्टिकर, मदकारक, कामोद्दीपक, हृदयहितकारी, हृदयोत्तेजक, निद्राजनक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अनिद्रा, मेदको कमी, हृदयशिथिल, बलबीर्यको नभएको, जोर्नीवाथ, कटिवाथ, गृध्रसी, निम्नरक्तचाप, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**१६०८. खरमोटो, पिण्डी, पिढी, टियि, मोटोखड, Rungia Grass, *Rungia parviflora*** (Family : Acanthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो वर्षायु, रोमश, कोमल, पात मोटो २-४ अङ्गुल लामो र १ अङ्गुल चौडा, निलो फुल्ने, फलकोषमा तेलीयबीज ४/४ वटा हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : पत्र र मूल। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मृदुरेचक, वातहर, शोथघ्न, वेदनानाशक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, उदररोगमा लाभदायक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, प्रदर, प्रमेह, रक्तदोष, मासिकअधर्म, अर्श, गानो, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, उदरशूल, स्मृतिह्रास, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १६०९. खतमी, गुलखारियो, Marsh Mallow Plant, *Althaea officinalis* (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट उचो, रोमश, पात गोलाकार, पुष्प रातो/पहेँलो/गुलाबी/सेतो निर्गन्ध हुन्छ, फल गोलोभित्र चेप्टो काला तेलीयबीज हुन्छन्, जरा ३-६ अङ्गुल लामो उपजरासहित संयुक्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग र चोप । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, कफपित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वासरोग, उदरशूल, आमातिसार, कण्ठमाला, श्वेतकुष्ठ, जोर्नीवाथ, कटिवात, दम, खोकी, पत्थरी, गृध्रसी, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १-२ तोला, जरा ३-५ ग्राम, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, फूल ५-१० ग्राम, फूल ५-७ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६१०. खजुर सुलेमानी, पिण्डेसुलेमानी, भूमिखजुरिका, Wild Data Palm Tree, *Phoenix* sp. (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, टुप्पोमा पात झुपक्कै, पात संयुक्त ३ मिटर लामो डालीमा, काण्ड खस्रो, गाढा हरियो पात, पुष्प सफेद, सुगन्धदायक काँढा हुन्छन्, फल लम्बागोल सुन्तला रङको पहेँलो भित्र सेतो झिल्ली र कडा तेलीयबीज रहन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, पुष्टिकर, कामोद्दीपक, हृदय हितकारी, वातहर, कमजोरीको ज्वरमा लाभदायक, शीतल, शान्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमको पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो-पातलो, तनाव, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, सुक्खा दम-खोकी, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, कटिवात, आमवात, रगतको कमी, अतिश्रमको पीडा, बच्चा जन्मिए पछिको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा, वटी ३-५ वटा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १६११. खरकाँडे राते, लालमर्चाबोट, Marcha Red Plant, Kharkando Plant Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, टेडो हाँगाबिँगाहरू, पतझर, चेप्टो चुच्चो पात, रातो फुल्ने, तेलीयगेडा राता हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातनाशक, मदकारक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, जलशोषक, मेदहर, चर्मरोगहर, बलकारक, शोथघ्न, शीतज्वरनिवारक, कृमिमारक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त समस्या, कफवृद्धि, जलोदर, चिसो-रुघा-खोकी-दम, क्षयरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, छालाका रोग, शीतज्वर, ढाड-कम्मर दर्द, अनिद्रा, तनाव, दर्द, गानो, पेटका कृमि, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ३० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, गेडा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६१२. खरकाँडे सेतो, मर्चाबोट, Marcha White Plant, Kharkando Buto

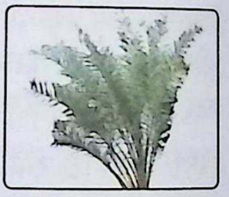
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पतझर चेप्टो चुच्चो पात, सेतो फुल्ने, तेलीयगेडा राता हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो निद्राजनक, अशोघ्न, वातनाशक,

मदकारक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, जलशोषक, मेदहर, चर्मरोगहर, बलकारक, शोथघ्न, कृमिमारक, वायुको रोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, कफग्रस्त समस्या, कफवृद्धि, जलोदर, चिसो-रुघा-खोकी-दम, क्षयरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, छालाका रोग, शीतज्वर, ढाड-कम्मर दर्द, अनिद्रा, तनाव, गानो, पेटका कृमि, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, गेडा २-५ वटा ३-५ पटक।

### १६१३. खजुर कालो, खजुर अरङ्गक, खर्जूर, Black Phoenix Plant, Black Data Palm, *Phoenix* sp. (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, कालो खस्रो बोक्रा, टुप्पोमा घना पातहरू संयुक्त डालीमा २-३ मिटर लामो काँडाले भरिएका, लम्बगोल फलभित्र झिल्ली र कडा तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हुन्छ। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, मलमूत्रशोधक, रजःवीर्यसुधारक, कामोद्दीपक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, अतिश्रमको पीडाहर, अति पुष्टिकर, तनावहर, स्मृतिदायक, वातहर, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले बलवीर्यको कमी, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मासिकधर्मकष्टता, प्रदर, रक्ताल्पता, अतिश्रमको पीडा, शारीरिक कमजोरी, तनाव, अनिद्रा, विस्मृति, दुब्लो, आन्द्रा सुक्दै जाने, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., फल ५-१० वटा, काँढापानी १ माना, वटी ३-५ वटा, टुक्रा २-५ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १६१४. खजुर सानो टर्रो, खर्जूरीकषाय, Silver Data Palm, Wild Data Palm, *Phoenix* sp. (Family : Arecaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो श्वेत वर्णको १५-२० फिट अग्लो, काण्ड सिधा माथि गएको खैरो धुस्रो बोक्रा, टुप्पोमा फिँजारिएका पातहरू भेट्नुमा केही काँडा भएका ३ फिट लामा, एक अङ्गुल चौडा तिखो चुच्चो परेको, पुरुषपुष्प सेतो र स्त्रीपुष्प हरियो भएको, पुष्पदण्ड ३ फिट लामा, अण्डाकार पहेँलो फल पाकेपछि राता तेलीयबीज हुन्छन्। यसको चोप-निर्यास निस्कन्छ जसको जाँड-रक्सी बनाउने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, पत्र, चोप-रस र जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शोथघ्न त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, कफ-निस्सारक, मदकारक, सङ्कोचक, हृदयहितकारी, मूत्रल, वातहर, बलकारक, रक्तवर्द्धक निद्राकारक, पीडाहर, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श अनिद्रा, तनाव, मूर्च्छा, हृदय दुर्बलता, मूत्रकृच्छ्र, कटिशूल, गृध्रसी, रक्तपित्त, कमजोरीको ज्वर, पक्षाघात, दम, खोकी, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, अपस्मार, शिरोरोग, दुब्लो-पातलो, वीर्यको कमी, धातुस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो खाद्यपोषक र पेयका रूपमा विभिन्न व्याधिमा प्रयोग गरिन्छ। **मात्रा** : फल ३-५ वटा, काँढापानी १ गिलास, चूर्ण १०-२० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### १६१५. खजुर सुलेमानी, पिण्डेसुलेमानी, भूमिखजुरिका, Sulemani Data Palm, *Phoenix* sp. (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो अति गर्मी ३०-४० फिट अग्लो, टुप्पोमा पात झुपुक्कै, पात संयुक्त ३ मिटर लामो डालीमा, काण्ड खस्रो, गाढा हरियो पात, पुष्प सफेद, सुगन्धदायक काँढा हुन्छन्, लम्बागोल सुन्तला रङको पहेँलो फलभित्र सेतो झिल्ली र कडा तेलीयबीज रहन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हुन्छ। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, त्रिदोषशामक पुष्टिकर,

कामोद्दीपक, हृदय हितकारी, वातहर, कमजोरीको ज्वरमा लाभदायक, शीतल, शान्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अतिश्रमको पीडाहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो-पातलो, तनाव, धातुस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, सुक्खा दम-खोकी, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, कटिवात, आमवात, रगतको कमी, अतिश्रमको पीडा, बच्चा जन्मिए पछिको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा, वटी ३-५ वटा, भस्म/खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

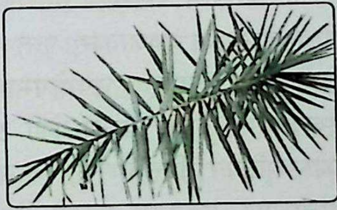
१६१६. खजुर कालो, झुसे-तिखा खजुर अरङ्गक, खर्जूर, **Black Phoenix Plant, Black Data Palm, *Phoenix* sp.** (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोषण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, कालो खस्रो बोक्रा, टुप्पोमा घना पातहरू संयुक्त डालीमा २-३ मिटर लामो काँडाले भरिएका, फलभित्र झिल्ली र कडा तेलीय बीज हुन्छन् । यो सबै भन्दा उत्तम फलमा थणना गरिएको छ । यसको स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वाजीकर स्वादिष्ठ, मलमूत्रशोधक, रजःवीर्यसुधारक, कामोद्दीपक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, अतिश्रमको पीडाहर, तनावहर, स्मृतिदायक, दुब्लो-पातलोमा लाभदायक, वातहर, पित्तनाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले रक्तक्षय, बलवीर्यको कमी, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मासिकधर्मकष्टता, प्रदर, रक्ताल्पता, अतिश्रमको पीडा, शारीरिक कमजोरी, तनाव, अनिद्रा, विस्मृति, दुब्लो, आन्द्रा सुक्दै जाने, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फलत्वकचूर्ण १०-३० ग्राम, फल ५-१० वटा, काँढापानी १ माना, वटी ३-५ वटा, टुक्रा २-५ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

१६१७. खजुर टर्रो, खर्जूरीकषाय, **Silver Data Palm, Wild Data Palm, *Phoenix sylvestris*** (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, काण्ड सिधा माथि गएको खैरो धुस्रो बोक्रा, टुप्पोमा फिँजारिएका पातहरू भेट्नुमा केही काँडा भएका ३ फिट लामा, एक अङ्गुल चौडा तिखो चुच्चो परेको, पुरुष पुष्पसेतो र स्त्रीपुष्प हरियो भएको पुष्पदण्ड ३ फिट लामा, अण्डाकार पहेँलो पाकेपछि राता फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । चोप (निर्यास) निस्कन्छ जसको जाँड-रक्सी बनाउने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, पत्र, चोप-रस र जरा । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, त्रिदोषशामक, स्तम्भक, कफ-निस्सारक, मदकारक, पुष्टिकर, सङ्कोचक, हृदयहितकारी, मूत्रल, वातहर, बलकारक, रक्तवर्द्धक निद्राकारक, पीडाहर, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ ।



**औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, तनाव, मूर्च्छा, भ्रम, तनाव, हृदय दुर्बलता, मूत्रकृच्छ्र, कटिशूल, गृध्रसी, रक्तपित्त, कमजोरीको ज्वर, पक्षाघात, दम, खोकी, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, मृगी, छारे, अपस्मार, शिरोरोग, दुब्लो-पातलो, वीर्यको कमी, धातुस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ३-५ वटा, फलत्वकचूर्ण १०-२० ग्राम, फलस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**१६१८. खसीलहरा, खसे, Old Goat Creeper, Energy Goat Plant**

**चिनारी** : यो रूखमा लाग्ने पराश्रयी लता समशीतोष्ण हावापानीका लेकमा पाइन्छ । यसको पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, तेलीयगेडा लाग्ने, कोट्याउँदा दूध निक्लन्छ, सदाबहार हरियो रहन्छ । स्वाद तीतो-टर्रो हल्का मिठो र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, मधुमेहीहर, अर्बुदनाशक, आयुर्वर्द्धक, आँखाको पुष्टिकर, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आँखारोग, मधुमेह, रक्तरोग, रक्तदोष, अतिश्रम, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, रगतको कमी, धातुरोग, उदरशूल, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दुबी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण २-१० ग्राम, दूधसुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१६१९. खजुरी थाकल, रूख थाकल, Khajur-Thakal small Tree**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका चिस्यानमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, लामा धारिला कडा पात, फूल सेतो फल कालो तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, चोप, बोक्रा, तेल । स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मीठो-स्वादिलो र गुलियो-मधुररसको । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, पुष्टिकर, विजातीयद्रव्य निष्कासक, तृप्तिकारक, स्मरणशक्ति वृद्धिदायक, रक्तवर्द्धक, वीर्यजनक, गर्भस्थापक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको काण्डभित्रको गुदी अल्सर-क्यान्सर, पेट पोल्ने, मुटुको उच्च धड्कन बढ्ने, गानोगोला, आन्द्रा सुकेनाश, धातुरोग, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको पाकेको फल धेरै मीठो, सुक्खा दम-खोकीमा उपयोगी, वीर्य पातलो र दोषयुक्त, ठोक्किएको-मर्किएकोमा छिटो कामगरी धेरै लाभ पुऱ्याउँछ । **माटो** : यो ढुङ्गयान खगर-बगर नदीनाला-तालका नजिक भिरालोमा राम्रो फल्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चोप/खोटो ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

**१६२०. खर्बुजो चाँदीरेखा, खरबूजा सफेदरेखा, श्वेतखर्बूज, Early Silver Line Melon Plant, *Cucumis melo* (Family : Cucurbitaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०० मिटरसम्मतिर बलौटे माटोमा पाइन्छ । यो पहेँलो फलमा सेतो चाँदीसमान रेखाको, वर्षायुलता, पात चेप्टो वा पञ्जाकार, फूल सेतो वा पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र गुदी र सेता तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का खल्लो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तशोधक, कोष्ठशुद्धिकर, पित्तनाशक, रक्तस्रावनिरोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तोन्माद, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, रक्तदोष, मिर्गौला सुक्ने, कब्जियत, अर्श, जलन, पेट पोल्ने, आँत-आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, स्वरस/लेदो २०-३० ग्राम, टुक्रा ५०-१०० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१६२१. खयर रातो, कत्थाखयर, कुब्जकण्टक, खैरलाल, खयः, रक्तखदिर, Red Cutch Tree, Hot-Hit Wood, *Acacia catechu* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी नदीका किनार, पहाडका बेँसी र तराईका १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो गर्मी हावापानी र उष्णभूमिमा पाइने रूख हो । यो ३०-१०० फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, पात मसिना भेट्नुमा दुवैतिर गएका, काँणेदार, कोसामा भित्र ५-१० तेलीयबीज हुन्छन् । खयरको बोक्रा वा काठ पकाएर बनाएको खोटो

सार अर्थात् कत्था भनिन्छ । यसको स्वभाव धेरै उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड, काष्ठसार, बोक्रा, फल, पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रजशुक्रवर्द्धक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, पीडानाशक-वेदनानाशक, सङ्कोचक, व्रणसुधारक, सन्धिबन्धनकारी मेदहर मानिन्छ । स्वाद अति कषाय-टर्रो । **औषधीय उपयोग** : यसले चर्मरोगसम्बन्धी हर रोग-कुष्ठ-दाद-लुतो, घाउ-खटिरा, दन्तशूल, कर्णरोग, टुटेको हड्डी, श्वेतकुष्ठ, रक्तपित्त, रक्तस्राव, कफवृद्धि-निमोनिया, चिसो, रुघा, खोकी, दम, फोक्सो र श्वासनली शोथ, हरेक अर्बुद, सुन्निएको, स्वरभङ्ग, टन्सिल, गलाघाँटीमा फोका-खटिरा आउने, अतिसार, सङ्ग्रहणी-दस्तमा, गर्भाशयको शिथिलतामा र फैलावटमा अथवा पाठेघर खस्ने, हैजा मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । चुसेको भरमा रोग ठीक पार्नु उत्तम चिकित्सा हो । खयर-कत्था पुरानो जीर्णरोगमा अल्पमात्रामा गर्मी नहुने गरी सेवन गर्नुपर्छ । नखाने (१) सुक्खा दम-खोकी (२) लामो समय र अधिक मात्रा (३) पित्तवृद्धिका (४) गर्मीप्रकृति (५) गेरुमाटो र केमिकल मिसाएको । **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-५ रत्ती, चूर्ण/लेदो २-३ ग्राम कत्थासार आधा-एक ग्राम ३-५ पटक ।

### १६२२. खरबुजो काँक्रोसमान, चित्रफला, उर्वारु, फूट, टुटी, कञ्चडा, Melo-Kankri Plant, *Cucumis momordica*
(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो कोसातकी कुलको लता हो । यो वर्षादमा पैदा हुन्छ, पात गोलाकार किनारा काटिएको ५ भागमा विभक्त, पुष्प पहेँलो फुल्छ, अण्डाकार कालो फलभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छ । यो फल पाकेपछि स्वयम् फुट्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, अग्निवर्द्धक, स्मृतिदायक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, ज्वरनिवारक, उदररोगमा लाभदायक, तृप्तिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, पेटको जलन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, मन्दाग्नि, स्मृतिह्रास, रजःवीर्यदोष, जलन, दाहा, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-२० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चिरा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १६२३. खरघाँस पहाडी, सेतो सुगन्धतृण, तेलैनी, Khar Hill Grass

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार, ठूलो गाँज, फूल सेतो रङ तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो केही टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक रोग, रगत टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृधसी, कुष्ठ, दाद, दुबी,

विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भस्म १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६२४. खरँटी, बलिनी, बिलहुली, Balini, Strongly Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात १-२ अङ्गुल लामो मसिनु, बलियो डाँठ रातो, तेलीयगेडा मसिना हरियो पाकेपछि रातो हुन्छ । भुइँअमलासमान बिरुवा किन्तु ठूलो, पात, जरा र फल सर्वाङ्ग प्रयोग गरिन्छ । स्वाद चिप्लो-मीठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेट शुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, बलकारक, रजःवीर्यवर्द्धक, रक्तदोषहर, क्षयहर, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, वातघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पाचनशक्तिशिथिल, धातुरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** ः लेदो/धूलो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पातरस १०-१५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १६२५. खमारी, गमाहरी, गम्भारी, Comb Tree, *Gmelina arborea* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो १६०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, ८०-२०० फिट अग्लो, मुलायम ठूलो पात, सफेदवर्णको वृक्ष, सेतो फुल्ने, फल पाकेपछि स्वादिलो, ठन्डा र स्निग्धभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । यो पतझर छिटो हुर्कने र राम्रो घाँसे रूख हो । जरा दशमूलकाँढाको विशेष औषधिमा पर्छ । यसको सेतो चोप निस्कन्छ । यो तीतो-टर्रो र मिठो स्वाद र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, फल, पात **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न रक्तरोगहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, केशरक्षक, मृदुरेचक, मूत्रल, पाचक, भेदक, रजःवीर्यसुधारक, उदरशुद्धिकर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, बलवीर्यको कमी, कपाल-केशरौँ झर्ने, अधिकपित्त, दाहा, रक्तक्षय, वातरक्त, सुजाक, शिर शूल, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा सेतोवर्णको गाढातेल, क्षार, मैगनिज, बेँझोइकएसिड, टार्टरिक, चिप्लोराल एवम् अल्पटेनिन पदार्थ हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो/चोप ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि, फल १०-२० ग्राम, भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६२६. खरँटी सेतो, सफेद बलिनी, बिलहुली, Balini, Small Plant, White Strongly Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू, पात १-२ अङ्गुल लामो मसिनु, बलियो डाँठ सेतो, तेलीयगेडा मसिना हरियो पाकेपछि रातो हुन्छ । यो बिरुवा ठूलो भन्दा सानो उत्तममा गनिन्छ । पात, जरा र फल सर्वाङ्ग प्रयोग गरिन्छ । स्वाद चिप्लो-मीठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, बलकारक, रजःवीर्यवर्द्धक, रक्तदोषहर, क्षयहर, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, वातघ्न,

रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड-ढाडको रोग, आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पाचनशक्तिशिथिल, धातुरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पातरस १०-१५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

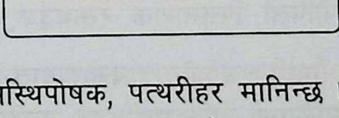
### १६२७. खर ढड्डी सेतो सानो, जरकुश, सेतो घरछाउनेखर, Kuti Maker Grass

**चिनारी** : यो घाँस उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यसको कलिलो घाँस पशूलाई दूध बढ्ने र छिप्पिएपछि घर छाउन काम लाग्ने भनेर खेती गरिन्छ । यो २-५ फिट अग्लो मूलडाँठ, पात भालाकार लामा हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जरा पुष्टिकर, बलवर्द्धक र हाड-ढाडको रोगमा लाभदायक, वातहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जरा खाँदा वाथ र कफ हटाउँछ । यसले रुघा-खोकी सन्धिवाथमा तुरुन्तै लाभ पुऱ्याउँछ, पिनासमा फाइदा गर्छ, पत्थरी गलाउँछ र पित्तरोग सन्चो गराउँछ, पक्षाघात र शारीरिक कमजोरीमा फाइदा गराउँछ । जोर्नीखुकुलो, आमवात, गृध्रसी, कुपोषण, ज्वर, श्वासनली र फोक्सोशोथ, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, काँढापानी १/१ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६२८. खरेंटीझुसे सेतो, बलिनी, बिलहुली, Balini, White Hairy Strongly Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका वनमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, झुसे, धेरै हाँगाबिँगाहरू हुने, पात १-२ अङ्गुल लामो मसिनु, बलियो डाँठ रातो, तेलीयगेडा मसिना हरियो पाकेपछि रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद चिप्लो-मीठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेट शुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, बलकारी, वीर्यवर्द्धक, रक्तदोषहर, क्षयहर, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, वातघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पाचनशक्ति शिथिल, धातुरोग, कुपोषण, हाडरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पातरस १०-१५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १६२९. खर रातो, लाल खर, Typha Plant, *Typha angustifolia* (Family : Typhaceae)



**चिनारी** : यो २००० मिटरसम्मको गर्मी क्षेत्रमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, लामो भालाकार पात, भदौदेखि रातो फुलेर मंसिरतिर पाक्छ । बिरालोको पुच्छरझैं थुँगाा फुल्छ । जरा र बीज उष्ण स्वभाव हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर-बलवर्द्धक, स्नायुतन्तु-नसा-कमजोरीमा उपयोगी, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, अङ्गदर्द, रजःवीर्यदोष, मेरूदण्ड दुख्ने, नसावात, पत्थरी, अम्लपित्त, कुपोषण, रजःवीर्यविकार, सन्धिशोथ, आमवात, दम-खोकी, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गेडा-जरा ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६३०. खरीबोट, काकोसिमा, खरी, खड्को, खडुको, Kharibot Tree, *Celtis australis*** (Family : Cannabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका उच्चपहाडी भू-भागका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । सदा हराभरा रहन्छ, यो १००-१५० फिट अग्लो, दह्रो हाँगाबिँगाहरू, दन्तुर पात चेप्टो चुच्चो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोलो तेलीयगेडा, बोक्रा यो नेपाल प्रसिद्ध उत्तम घाँसे रूख हो । स्वाद चिप्लो-टर्रो हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदय हितकारी, मूत्रल, मुदुरेचक, अर्बुदहर, पेटको रोगमा लाभदायक, पीडानाशक, पित्तनाशक, दन्तरक्षक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको बोक्रा, पात र फलले रक्तविकार, उदररोग, मधुमेह, दर्द, मुटुरोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, गाँठा-गिर्खा, पेट दुख्ने-पोल्ने, कब्ज, अर्श, आउँ-पखाला, मासिकअधर्म, प्रदर, रजःवीर्यविकार, विषप्रभाव, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको **मात्रा** : लेदो/चूर्ण आधा-एक चम्चा ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक । ताजाफल, काँचो पात खाने र बोक्रा चुस्दा मुटु खुशी हुन्छ ।

**१६३१. खरँटी दाँते, खरेटो डाँठ रातो, रक्तबिलहुली, Khareto Dental Leaf Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण समशीतोष्ण हावापानीका वनमा पाइन्छ । भुइँअमलासमान बिरुवा किन्तु ठूलो, यो ३-१० फिट अग्लो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, दन्तुर पात १-२ अङ्गुल लामो मसिनु, बलियो डाँठ रातो, तेलीयगेडा मसिना हरियो पाकेपछि रातो हुन्छ । स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, जरा र फल सर्वाङ्ग प्रयोग गरिन्छ । यो लडेको-चोट भएको, हाड फुटेकोमा अति छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । चिप्लो-मीठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, बलकारी, रजःवीर्यवर्द्धक, रक्तदोषहर, क्षयहर, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, वातघ्न, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक मानिन्छ ।

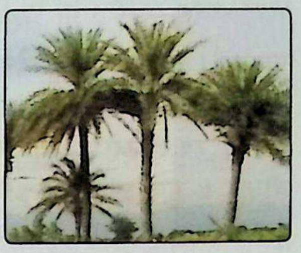
**औषधीय उपयोग** : यसले आउँ, प्रदर, चिसो, मधुमेह, दम, खोकी, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, पाचनशक्तिशिथिल, धातुरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पातरस १०-१५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१६३२. खजुर, पान खर्जुरी, Date Palm Tree, *Phoenix dactylifera*** (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, ३०-४० से.मि. लामा पात, फल चेप्टो रातो/पहेँलो पाकेपछि खैरो भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो दर्दहर, बलकारक, कामोद्दीपक, रक्तस्राव नियन्त्रक, पोषिलो, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, निद्राजनक, अतिश्रमहर, रजःवीर्यजनक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले धातु-रक्तस्राव, दर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, सुक्खा फोक्सो र खोकी, जोर्नीवाथ, कमजोरी, मर्किएको-ठोक्किएको, दर्द, कुपोषण, रगतको कमी, अनिद्रा, जोर्नीदर्द, रजःवीर्यविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम, चूर्ण/ लेदो/रस ३-१० ग्राम, फल ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**१६३३. खजुर पहाडी कालो, कनखजुर, कण्डखजुर, अरंगक, खजुरनीम, Black Hill Data Nut Tree**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका गर्मीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, लामो सुइरोमा संयुक्त पात, काँडादार, पहेँलो फुल्ने, झुप्पोमा लाम्चो, चेप्टोमा फलभित्र कालो खानयोग्य रसदार बोक्रा र अझभित्र कडा तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल र भित्री भागको बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, बलकारक, वेदनानाशक, अतिपुष्टिकर, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिपोषक, मूत्रल, मृदुरेचक, मासिकधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आमवात, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, हाडरोग, पेटका घाउ-खटिरा, मूत्ररोग, रगतको कमी, रक्तरोग, चोटपटक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल ५-१० वटा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., वटी ३-५ वटा, घनसार १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६३४. खनायो रातो, खस्रोखन्यु, खैना, खुरखुर, खुनिया, Drooping Fig, Blood Tree, *Ficus semicordata***
(Family : Moraceae)

**चिनारी** : यो तराईदेखि २५०० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोषण जलवायुमा पाइन्छ । यो घाँसे रूख ४०-६० फिट अग्लो, काष्ठसार रातो, बोक्रा चिप्लो-गाढा खैरो, पात आयाताकार-खस्रो-चुच्चो-नरम दन्तुर, गाँठे, स्त्री र पुरुषफूल, गोलाकार फल रूखमा र जरामा फल पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र पाकेको फल मीठो-हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बोक्रा र चोप । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, कफहर, सङ्कोचक, बलकारक, वातव्याधिहर, मासिकधर्मनियामक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, व्रणरोपक, कण्ठशोधक, पीडाहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, अर्बुद, दम, खोकी, पाठेघरको गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, श्वासरोग, पित्तवृद्धि, अर्श, मधुमेह, कुपोषण, आउँ-पखाला, गर्भाशयशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, फल ३-५ वटा, बीज १-३ ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६३५. खनायो सेतो, खस्रो खन्यु सेतो, सफेद खैना, सफेद खुनिया, White Drooping Fig, Milky Khunia Tree, *Ficus* sp.** (Family : Moraceae)

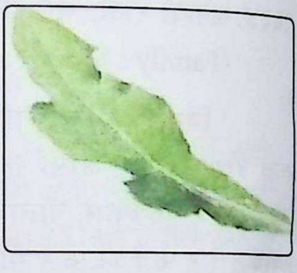
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, धेरै फैलिन्छ, लाम्चो पात आयाताकार, काष्ठसार सेतो, दूधे, फल जरा र रूखमा फल्छ, फलभित्र मसिना दाना हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो फल मीठो, हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, बोक्रा र चोप । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफहर, अर्बुदरोगहर, पित्तनाशक, वातनाशक, सङ्कोचक, वेदनानाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, उदररोगहर, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, पुष्टिकर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, रगतको कमी, अर्बुद, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, झाडावान्ता, गर्भाशय शोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज १-३ ग्राम, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल ५-१० वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६३६. खनायो भाले, नफल्ने खनायो, खुरहुर, थारोखन्यु, Male Khunia Tree, *Ficus* sp. (Family : Moraceae)

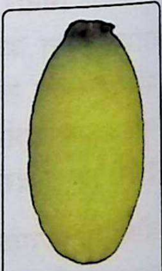
**चिनारी** : यो तराईदेखि लेकाली २५०० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ। यो फल्दैन-फुल्दैन, ४०-५० फिट अग्लो, लाम्चोपात आयाताकार, खस्रो, बोक्रा सेतो, सदा हराभरा रहने, हाँगाबिँगाहरू धेरै फैलिएका हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप र बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफहर, पित्तनाशक, वातनाशक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, गर्भाशय सङ्कोचक, मासिकधर्मनियामक, हैजा नियन्त्रक, पेटको रोगमा लाभदायक, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गानो, उदरशूल, दम, खोकी, टन्सिल, मुख-जिब्रोका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, गानो, शूल, झाडावान्ता, पाठेघर सुन्निने, श्वासनलीको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १६३७. खामकेही, खामकेयी, Onion Color Jurinea Plant, *Jurinea humilis* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१५ से.मि. अग्लो, लामो पात संयुक्त छिन्नभिन्न चारैतिर फैलिएका हुन्छन्, फूल बैजनी, मसिनो-लाम्चो तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, सुगन्धदायक, शोथघ्न, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, ॠतुधर्मनियामक, अग्निकारक, यकृतपुष्टिकर, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्बुदहर, वेदनानाशक, ज्वरनिवारक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर, वातहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, रक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, सङ्ग्रहणी, सर्वदोषले ग्रसितरोग, रक्तपित्त, मधुमेह, सुजाक, चर्मरोग, समस्त ज्वर, मोटोपन, पत्थरी, अधिकपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, रक्तरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस १०-३० ग्राम, पातस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### १६३८. खिरनी चिल्लोपाते, खिरनी, राजादनी, क्षीरिणी, खिन्नी, Small Ironwood Tree, *Mimusops hexandra* (Family : Sapotaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, दूधेवृक्ष, सदा हराभरा रहने, दुवैतर्फ चिल्लो पात लम्बगोल ३-५ अङ्गुल लामो र १-२ अङ्गुल चौडा, फूल पहेँलो-सेतो गुच्छामा शीतकालमा फुल्छ, फल बसन्तमा लाग्छ र पाकेपछि सुन्तले रङको भित्र तेलीय बीजहरू रातो वा ध्वाँसे हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक, ॠतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, बलकारक, तृप्तिकारक, कृशतानाशक, रसायन, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ग्रहणी, रक्ताल्पता, रक्तरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पूयमेह, मधुमेह, नष्टार्तव, मृगी-अपस्मार, उन्माद-पागलता, दन्तशूल,

आन्द्राको घाउ-खटिरा, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कामला, रक्तपित्त, दुब्लो-पातलो हुँदै जाने, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, लेदो चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

**१६३९. खिरलिङ्गो ताम्रवर्णी, सेख्लेगुराँस, Sekhle Tree, Copper Khirling, Himalayan Lali Flower**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीको २५००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो २०-५० फिट अग्लो, डाँठ र बोक्रा तामाको रङको, पात चेप्टो, अति रातो फुल्ने, मसिना तेलीय बीज लाग्छन् र पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, पुष्टिकर, अग्निकारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, कामला-बिग्रेको हेपाटाइटिस, रसग्रन्थि-गलारोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटरोग, अर्श, गृध्रसी, कटिवात, अङ्गशोथ, हाडको रोग, घाँटीमा धातु-उपधातु वा छेस्का अड्किने, दम, खोकी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, गर्भाशयशोथ, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, फोक्सो कमजोरी, धातुरोग, महिनावारी कष्ट, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

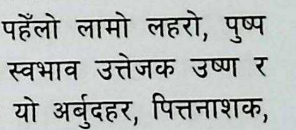
**१६४०. खिर्रोरूख, लम्पाते खिर्रो, खिन्ना लम्बेपत्तापेड, खिरुण, Tiger's Milk Spruce, *Sapium insigne***

(Family : Euphorbiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। पहाडी क्षेत्रमा उम्रने खिर्रो हाँगा काटेर रोप्दा सर्दछ। यो दूधेवृक्ष पतझर, ३०-४० फिट अग्लो, पात लाम्चो मुलायम, फूल पहेँलो लामो लहरो, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू खैरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद तीतो टर्रो कोक्याउँछ। यसलाई पञ्चगव्यमा शुद्ध गर्नुपर्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, मदकारक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, वातहर, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटरोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, कान पाक्ने, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। कब्जियतमा १-२ थोपा दूध नाभीमा राख्दा दिसा खुल्छ, यसको दूध आँखामा पार्नुहुँदैन। खिर्रो काठका सारङी, खोटो-रङ बनाइन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, दूध ३-१० थोपा, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक।

**१६४१. खिर्रो रूख लाम्चोपाते, खित्का, खिन्ना लम्बेपत्तापेड, खिरुण, Tallow Milk Spruce Tree, *Sapium sebiferum***

(Family : Euphorbiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो दूधेवृक्ष पतझर, ३०-६० फिट अग्लो, पतझर, दूधे, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, तीनभागमा बाँडिएको भित्र ३ वटा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद तीतो र टर्रो केही कोक्याउँछ। यो खानका लागि पञ्चगव्यमा शुद्ध गर्नुपर्छ र लेपनमा पर्दैन। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर,

पित्तनाशक, मदकारक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, स्नायु दुर्बलता, सुन्निएको, दुख्ने, कान पाक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । छालामा लेपन लगाउँदा दूध आँखामा पार्नुहुँदैन । पहाडीक्षेत्रमा उम्रने खिर्रो हाँगा काटेर रोप्दा सर्दछ । खिर्रो काठका सारङी, खोटो-रङ बन्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अर्क १० र क्वाथ ३०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, दूध ३-१० थोपा, वटी १० वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६४२. खिर्रो माइलो कालो, इन्द्रजौघाँसे रूख, गाईखिर्रो, दूधेखिरो, कुडा, Conessi Black Tree, Indrajau Medium Tree, *Holarrhena* sp. (Family : Apocynaceae)

**चिनारी :** उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, बोक्रा कालो, फूल सेतो, फल कोसा लाग्नेभित्र भुवा र तेलीय बीज ईन्द्रजौसमान हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, अर्श, गाँड, यौनरोग, पित्तवृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा-सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मोटोपन, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६४३. खिर्रो माइली, बृहतइन्द्रजौ, घाँसे गाईखिर्रो, Conessi White Medium Tree, Mailee Indrajau

**चिनारी :** उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो दूधे वृक्ष हो । यसको पात लाम्चो, बोक्रा सेतो, फूल सेतो, फल कोसामा लाम्चो फलभित्र भुवासहित तेलीय बीजहरू इन्द्रजौसमान हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा, गिर्खा, क्षयरोग, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, अर्श, गाँड, यौनरोग, पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, सरुवा सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो-हेपाटाइटिस, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालाका रोग, मोटोपन कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, रक्तार्बुद, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ मुख, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६४४. खिर्री रातोपाते, रातेदूधे बिरुवा, Red Milky Plant, Rato Khirri Small Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधेवृक्ष २०-३० फिट अग्लो अतिसुन्दर शोभनीय रूख हो । यसको पात चेप्टो रातो रङको दूधयुक्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तिते र मिठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, मदकारक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । शुद्ध गरी खानुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, सुजाक, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको दूध आँखामा पार्नुहुँदैन । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, दूध ३-१० थोपा, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६४५. खिरलिङ्ग रातो, सेख्ले गुराँस, रक्तकारी बुटी, Red Blood Purifier Plant, Khirling Redweed

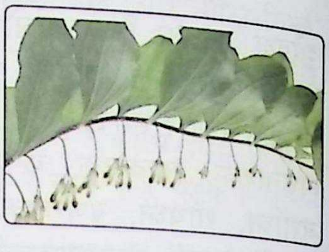
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको २८००-३८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, पहेँलो फुल्ने, मसिना तेलीय बीज लाग्छन् र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, अग्निकारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कामला, फोक्सोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटरोग, अर्श, अङ्गशोथ, हाडको रोग, दम, खोकी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, गर्भाशयशोथ, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, आँखा कमजोरी, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६४६. खिरौंला परपराउने कालो, कृष्णमेदा, Meda Black Plant, *Polygonatum* sp. (Family : Asparagaceae)

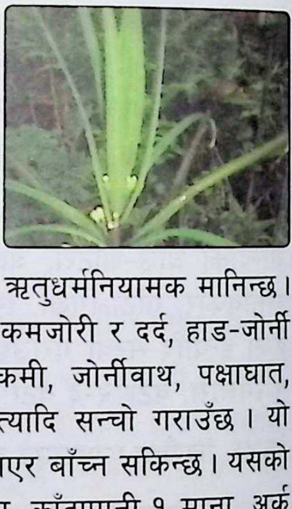
**चिनारी** : यो २५००-४५०० मिटरमा पाइने पुष्टिकर साग हो । यो भीरतिर धेरै मिल्छ । यो ३ फिट अग्लो, डाँठ कालो, पात लाम्चो, फूल सेतो, गोलो फल तेलीयगेडा लाग्ने, जरा सेतो हुन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सन्तानदायक, मूत्रल, धातुपुष्टिकर, पीडानाशक, अर्बुदहर, समस्त रक्तविकारहर, वातव्याधिनाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी र दर्द, हाड-जोर्नी खिइने-घोटिने, स्मृतिह्रास, कमजोर मुटु र मिर्गौला रोग, गर्भ नरहने, रगतको कमी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसावात, कुपोषण, अनिद्रा, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, निःसन्तान इत्यादि सन्चो गराउँछ । शक्ति दिन्छ, रगत बढाएर वीर्य गाढा पार्छ । यो काँच्चै खाँदा धातुरोग हुँदैन, दुब्लो मोटाउँछ र दर्द हटाउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, सागरस ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१६४७. खिरौँलो अण्डाकारपाते, शिकाकुमिश्री, मेदाअण्डापत्रक, Polygonatum Plant, *Polygonatum multiflorum***
(Family : Asparagaceae)



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरका चिस्यान मलिलो कालो माटोमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, आँख्ला भएको, पात अण्डासमान चेप्टो, जरामा सेतो गानो, गोलाकार तेलीयगेडा हुन्छन् । स्वाद मीठो स्वाद र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक-पुष्टिकर, वेदनानाशक, शोथघ्न, मूत्रल, मेदमज्जाकारक, वातव्याधिहर, रजःवीर्यजनक, अस्थिपोषक, रक्तवर्द्धक, आयुर्वर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भस्थापक, दुग्धवर्द्धक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी र दर्द, हाड-जोर्नी खिइने-घोटिने, स्मृतिह्रास, कमजोर मुटु र मिर्गौला रोग, गर्भ नरहने, रगतको कमी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसावात, कुपोषण, अनिद्रा, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । बल दिन्छ, मुटुलाई शक्ति दिन्छ, रगत बढाउँछ, स्नायुसञ्जाल मजबुत गर्छ । अङ्ग दुख्ने, हाड खिइने, स्नेहनपदार्थ नबन्ने, क्याल्सियम नपुग्ने, मेद-मज्जा नबनेमा तत्काल लाभ पुऱ्याउँछ र स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, रस/स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा अवलेह ३० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१६४८. खिरौँला ठूलो, शिकाकुलमिश्री, महामेदा, Ramnye(Am), Pro-dynamic Tonic Plant, *Polygonatum verticillatum*** (Family : Asparagaceae)



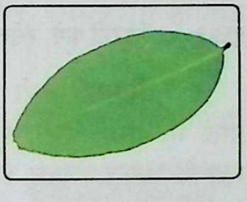
**चिनारी** : यो उच्चपहाडी क्षेत्रमा २५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो खिरौँला ठिङ्गो एउटा काण्डमा दुवैतिर गएका मसिना पात, ४-७ फिट अग्लो, पछौटे असार-साउनमा सेतो फुल्ने, मसिना गोलो गेडाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । कमलो बिरुवा गाँठा परेको सतुवाझैँ गानो, स्वादमा गुलियो गाँठागाँठा भई बढ्दै गरेको एक-आधाफिट लामो हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कामोद्धीपक, बलकारक, पुनर्यौवनदायक, गर्भस्थापक, आयुर्वर्द्धक, वेदनाशामक, वातव्याधिहर, मेद-मज्जाकारक, हाडको रोगमा उपयोगी, बृक्क/हृदयहितकारी, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जरा, पात, डाँठ, फूल र फलले रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी र दर्द, हाड-जोर्नी खिइने-घोटिने, स्मृतिह्रास, कमजोर मुटु र मिर्गौला रोग, गर्भ नरहने, रगतको कमी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसावात, मधुमेह, कुपोषण, अनिद्रा, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो स्वादिलो, शीतल, प्रोटिन र भिटामिनहरूले युक्त हुन्छ । यसको पात र डाँठ काँचै खाएर बाँच्न सकिन्छ । यसको साग खाने प्रचलन छ । जरा सङ्कलन : असोजतिर । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र तेल १० तथा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि., पात र डाँठ सागरस ५०-१०० ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**१६४९. खिरौँला कालीडाँठ, शिकाकुलमिश्री, सुक्ष्ममेदा, Queen Meda Plant, *Polygonatum cirrhifolium***
(Family : Asparagaceae)

**चिनारी** : यो २५००-४५०० मिटरका ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ केही कालो, भालाकार पात मसिनो लाम्चो, फूल केही कालो-सेतो, गानो (जरा) सेतो, गेडा २/२ वटा गरी धेरै १२-१४ तेलीयदाना लाग्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तप्रदाता, मूत्रल, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी,

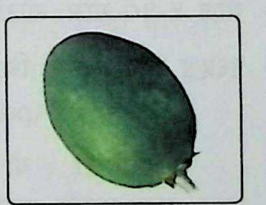
कामोद्दीपक, दर्दहर, शोथघ्न, वेदनाशामक, आयुर्वर्द्धक, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रजःवीर्यविकार, हाड-ढाडको रोग, शारीरिक कमजोरी, अतिश्रमको पीडा, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले मस्तिष्कमा तागत दिन्छ, आन्द्रा र मुटुलाई हित गर्छ, रगत बढाउँछ, धातुरोग ठीक पार्छ, बलवीर्य वृद्धि गरी कमजोर मानिस मोटाउँछ। काँचै खाएर लाभ लिन सकिन्छ। मात्रा : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १६५०. खिरनी सानो, छोटाखिरनी, राजादाना, क्षीरिणी, खिन्नी, Small Ironwood Tree, *Mimusops hexandra* (Family : Sapotaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, दूधेवृक्ष, सदा हराभरा रहने, पात लम्बगोल ३-५ अङ्गुल लामो र १-२ अङ्गुल चौडा, फूल पहेँलो-सेतो गुच्छामा शीतकालमा लाग्छ, फल बसन्तमा पाक्छ र पाकेपछि सुन्तलेरङको भित्र तेलीय बीजहरू काला हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, बलकारक, तृप्तिकारक, कृशतानाशक, रसायन, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, पूयमेह, मधुमेह, नष्टार्तव, मृगी-अपस्मार, उन्माद-पागलता, दन्तशूल, आन्द्राको घाउ-खटिरा, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कामला, रक्तपित्त, दुब्लो-पातलो हुँदै जाने, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, लेदो चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १६५१. खिरनी ठूलो, बृहत्क्षीरी, Ironwood Tree, *Mimusops kauki* (Family : Sapotaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, छायाँदार, दूधेवृक्ष, पात अण्डाकार-लम्बगोल-मुलायम २-५ अङ्गुल लामो र १-२ अङ्गुल चौडा, पुष्प पिताभ-श्वेत रङको, सुन्तलेवर्णको आकर्षक गोलाकार-लामो १-२ अङ्गुलको फलभित्र तेलीय काला बीजहरू, फल कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, रक्तस्तम्भक, पित्तनाशक, शोथघ्न, मस्तिष्क बलदायक, कृशतानाशक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, पुष्टिकर, सङ्ग्राहक, नेत्रशक्तिदायक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, पित्तप्रकोप, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, दुब्लो-पातलो हुँदै जाने, स्मरणशक्तिह्रास, मृगी-अपस्मार, नष्टातर्व, नेत्रको फुली, सङ्ग्रहणी, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अतिसार, प्रवाहिका, कामला, रक्तपित्त, रक्तस्राव, गाँठा-गिर्खा, नेत्ररोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १६५२. खिचडी, कृशरा, Khichadi, Mixed Grain–Special Meal

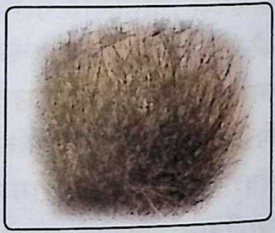
**चिनारी** : यो चामल बराबर दालपानी मिलाएर स्वादअनुसारको आ-आफ्नै तरिकाले बनाई घ्यू, नुन,

अदुवा, जिरा, अलैंची, दालचिनी, बेसार आदि मरमसला राखी पाक सिद्ध गरी खाइन्छ भने जसलाई खिचडी भन्दछन् । सबै चीज एक ठाउँमा सम्मिश्रण गरी माघे जाडोमा खाँदा ठन्डा हटाउँछ, शरीर तताउँछ, बल बढाउँछ । सनातन पुरानो चलनमा नेपालको खिचडी संसार प्रसिद्ध छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, अस्थिपुष्टिकर, वातहर, वेदनानाशक, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, निद्राजनक, वाजीकर, कामोद्दीपक, स्मृतिदायक, अतिश्रमहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रातदिनभर भोक लागिरहने, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, अतिश्रमको पीडा, निद्रा नलाग्ने, शक्तिको कमी जोर्नीवात, अङ्गशोथ चोटपटक, यौन कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हाडकोरोग, स्मृतिह्रास, दम-खोकी, आमवात, रुघा, पिनास, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३०-३०० ग्राम लेदो/खोले ३-५ पटक ।

### १६५३. खिरनी फुस्रे, दूधेरूख, छिरी, खिरणी, Milk Tree, Iron Wood Plant, *Manilkara hexandra* (Family : Sapotaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ३०-४० फिट अग्लो, काण्ड फुस्रो, पात झुप्पामा चेप्टो, फूल सेतो वा हरियो पहेँलो, रातो-पहेँलो गोलाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू लाम्चो काला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मीठो र अमिलो अन्यभाग परपराउने टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, गानो, पेटका कृमि, ज्वर, खोकी, सुन्निएको, हैजा, कुष्ठ, दुबी, दाद, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, कमलपित्त, मानसिकरोग, मूत्रविकार, पत्थरी, यौनरोग, फुलो-बादल, रतन्धो, मासु पलाउने, पाक्ने, सुन्निने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, खोटो /भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६५४. खीप, खिम्प, खिम्पोली, मरख, Burning Bush Kheep Broom Plant, *Leptadenia pyrotechnica* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो अति उष्ण हावापानीका मरुभूमिमा पाइन्छ । यो ८-१० फिट अग्लो झाडी, सदा हराभरा रहने, हरियो डाँठ सोझो माथि जाने, विनापातको बिरुवा, तारा आकारको सुनौलो फुल्ने, फल लामो भालाकारको भित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, डाँठ, फूल, फल र बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद कषाय-तिक्त हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, मूत्रल, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, बलकारक, कफहर, अस्थिपोषक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्श, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, यौनरोग, कुष्ठ, दुबी, दाद, मासिकअधर्म, प्रदर, कुपोषण, सन्धिशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६५५. खीर, पायस, क्षीरिका, Rice Pudding, Kheer

**चिनारी** : यो शुद्ध घ्यूमा भुटेको ओभानो मकै/गहुँ/फापर/काउनो/लट्टे/चामललाई आठ भाग उम्लेको दूधमा ओइरेर पाक्ने बेलामा सक्खर/चिनी/मिश्री कुनै एक चीजमा नरिबल, छोहरा, बदाम, ओखर, मुनक्का, अङ्गुर आदि आवश्यकताअनुसार राखी मिष्ठान्न बनाइन्छ भने यसलाई नै खीर भनिन्छ। स्वभाव उष्ण र स्वाद अति मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, वातहर, वेदनानाशक, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, निद्राजनक, वाजीकर, कामोद्दीपक, स्मृतिदायक, अतिश्रमहर, अमृत मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले भोक लागिरहने, कहिल्यै नअघाउने, शारीरिक दुर्बलता, कुपोषण, अतिश्रमको पीडा, निद्राभङ्ग, मन उड्ने, शक्तिको कमी, जोर्नीवात, अङ्गशोथ, चोटपटक, यौन कमजोरी, रजःवीर्यदोष, भस्मकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ३०-३०० ग्राम लेदो/खोले दिनको ३-५ पटक।

### १६५६. खुर्सानी मिठे लाम्चो, पिरो नहुने सब्जिखुर्सानी, Sweet Long Capsicum, *Capsicum* sp. (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्णका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३५ डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रमसम्म राम्रो खेती हुन्छ। यो सुक्खा र गर्मी मौसममा उत्तम फल्छ। यो आधा-३ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, फल लाम्चो ढिँणीभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज र जरा। स्वभाव उष्ण र टर्रो-मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिमिरा पित्तवृद्धि, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, कब्ज, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, मासिकअधर्म, प्रदर, नेत्ररोग, मधुमेह, स्नायुतन्तु शिथिल, हाड खिइने, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, फल १-३ वटा, मालिस ३-५ पटक।

### १६५७. खुट्टेच्याउ, लिङटीस्यामु, रातेच्याउ, Lingti Shyamu Mushroom

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सुक्खा रूखका जराका आसपास उम्रन्छ र लामो समयसम्म यथावत् रहन्छ। यो २-३ अङ्गुल लामो डाँठ जसलाई खुट्टा भनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रमेह, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, मासिकअधर्म, प्रदर, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुको रोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने, दुब्लोपन, प्रदर, अर्बुद, शरीरको कडापन, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा, धातु दुर्बलता, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो सर्वरोगनाशक

र दीर्घायु बनाउने अमृत भनिन्छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १६५८. खुरासानी अजवायन गर्मीको, मदकारिणी लता, Hot Place Henbane Plant, *Hyoscyamus muticus* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, बास्नादार, पात लाम्चो बाक्लो लाम्चो/चेप्टो, फूल कलेजी हल्का सेतो, फल कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिक रोग, अङ्गशोथ, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो सुकाएर बनाइएको धूलो धूपका रूपमा प्रयोग गरिन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६५९. खुर्सानीधूपी, मीर्चाधूप, Chilli Juniper Plant, *Juniperus* sp. (Family : Cupressaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो घर-घरमा शोभा बढाउन लगाइन्छ । यो उच्चकोटिको बास्नादार सुनौलो धूपी सदा हराभरा रहन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, यत्रतत्र झ्याङ्गिन्छ, पात तीखा सुइरा परेका सिखे पातलो, फूल अप्रकट, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वातहर, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक-रगत विकार, मुखका घाउ, पिनास, मोटोपन, गलग्रन्थिरोग, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६६०. खुर्सानीबीज तेल, Capsicum Seed Oil Plant

**चिनारी** : यो उड्यनशील अत्तर तथा तेल त्वचालाई रक्तवर्णको पार्छ। सुन्निएको र स्नायुतन्तु नसा फुलेकोमा मालिस गर्दा तत्काल लाभ दिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मअर्बुदहर, शीतनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर कण्ठशोधक, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द,

शरीर चिस्सिने, कफवृद्धि, कलेजोरोग, मधुमेह, रक्तरोग, आउँ-पखाला, पेटको रोग, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, पक्षाघात, निम्नरक्तचाप, सर्पदंश, विषप्रभाव, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी छालाका समस्त समस्या, आमवात, कफवृद्धि, ठन्डीशरीर इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो तेल सर्प/पागल कुकुरले टोक्दा खुर्सानी तेल खुवाउनु पर्छ। **मात्रा** : तेलमालिस ३०-५० र तेल ५-१० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा २-३ पटक।

### १६६१. खुर्सानेझार पिर्रे सेतो, चर्मरोगनाशकबुटी, जलनी सेतो, Skin Improve Khursane Plant, Pirre Seto Buto

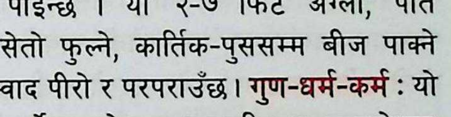
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने कोसामा तेलीय बीज पाक्छन्। यो भदौतिर सेतो फुल्ने, कार्तिक-पुससम्म बीज पाक्ने हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद पीरो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, कलेजोरोग, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, कटिवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, कर्णपाक दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। घ्यू/तेलमा यसको पञ्चाङ्ग डढाएर मालिस तेल बनाई वातव्याधिमा लगाउँदा सन्चो पार्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १६६२. खुर्सानेझार पिर्रे रातो, चर्मरोगहरबुटी, जलनी रातो, Skin Improve Herb Khursane Pirre Rato

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, कोसामा तेलीय बीज पाक्छन्। यो भदौतिर सेतो फुल्ने, कार्तिक-पुससम्म बीज पाक्ने हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद पीरो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, कलेजोरोग, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, कटिवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, कान पाक्ने, दम-खोकी, भैँसेदाद, हात्तीपाइले, दुबी, छाला पाक्ने र चिलाउने इत्यादि सन्चो गराउँछ। घ्यू/तेलमा यसको पञ्चाङ्ग डढाएर मालिस तेल बनाई वातव्याधिमा लगाउँदा सन्चो गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १६६३. खुर्सानीझार, माछाफूल, मछलीपुष्प, Tropical Scarlet Milkweed, *Asclepias curassavica*

(Family : Apocynaceae)



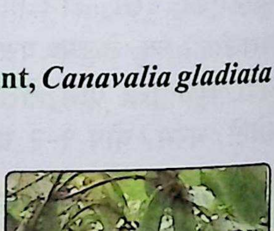
**चिनारी** : उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो दूधे २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, फूल पहेँलो-रातो, फल कागचुच्चो समान लाम्चो कोसामा भित्र भुवा र तेलीय बीज मसिना हुन्छन्। जेठ-असारमा उम्रिन्छ र कार्तिकतिर पाकी

भ्याउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद अति तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, अर्श, गाँड, यौनरोग, पित्तबृद्धि, आउँ-पखाला, उदरकृमि, हैजा, मोटोपन, कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ मुख, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

**१६६४. खुर्सानी लाम्चो ढिँडी, लालमिरची, ब्रह्मऋचा, Chilli Red Pepper Plant, *Capsicum frutescens***
(Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-५ फिट अग्लो, पात चेप्टा/लाम्चो, फूल सेतो/हरियो-पहेँलो, लाम्चो/डल्लो/गोलो ढिँणी फलभित्र तेलीय चेप्टा बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक अति उष्ण र स्वाद अति पीरो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अतिनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। औषधि खुर्सानी : (१) सुन्ने कान, देख्ने आँखा र बोल्ने शक्ति नष्ट भई दबेर गएको नाडी सन्निपातको भयङ्कर अवस्थामा खुर्सानीको झोलरस खाँदा जीवनदान प्राप्त हुनसक्छ। (२) सर्पदंश/हैजामा खुर्सानी ढिँडी वा रस प्रत्येक १५ मिनेटमा खाँदा ३-५ घण्टामा सुधार भइहाल्छ। (३) सर्दीले रक्तस्राव/प्रदर वा ठन्डाले काठिएर मर्ने अवस्था आएमा मनतातो पानीसँग खानुपर्छ। (४) हरियो खुर्सानीले नेत्रज्योति बढाउँछ। (५) निद्रालु सुताहालाई जगाउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण आधा एक ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी एउटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**१६६५. खुकुरीसिमी गुलाबी, बडासिमी, Gorkhaknief Pink Bean, Knief Bean Plant, *Canavalia gladiata***
(Family : Fabaceae)



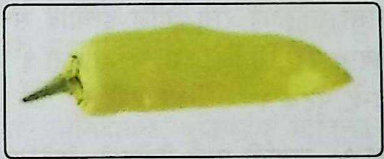
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा खेती गरिन्छ। माटो यो कालो मलिलो माटो र २०-३० डिग्री से. तापक्रममा प्रशस्त फल्छ। काउसोसमान काम गर्ने भनिन्छ। यो लता, फल खुकुरीसमान कोसामा भित्रदाना हुन्छन्। यो ५-१० दानाले अगाउन सकिन्छ। स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कोसाभित्रको गेडा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बलवर्द्धक, पुष्टिकर, रजवीर्यवर्द्धक, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय**

**उपयोग** : यसको दानाले धातुरोग, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

**१६६६. खुर्सानी भेडी, मीठो गाचमरिच, डल्लो खुर्सानी, Sweet Pepper Plant, *Capsicum annuum* (Family : Solanaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टा/लाम्चो, फूल सेतो, फल डल्लो/गोलो ढिँणीभित्र तेलीय चेप्टा बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उत्तेजक अति उष्ण र स्वाद मिठो केही पिरो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, सुन्निएको चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड, नेत्रकमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**१६६७. खुर्सानी कागतीगन्धे, खुर्सानी, Lemon Scented Capsicum, *Capsicum baccatum* (Family : Solanaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल घिउरङको, फल लाम्चो ढिँणीभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो कागतीबास्ना आउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड, नेत्रकमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**१६६८. खुकुरीसिमी सेतो, बडासिमी, Gorkhali Knief White Poly Bean, *Canavalia gladiata* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। माटो यो कालो मलिलो

माटोमा प्रशस्त फल्छ । २०-३० डिग्री से. तापक्रममा यो खेती गरिन्छ र काउसोसमान काम गर्ने भनिन्छ । यो लता, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फल खुकुरीसमान कोसामा भित्रदाना हुन्छन् । यो वर्षमा २ पटक फलाउन सकिन्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कोसाभित्रको गेडा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो बलवर्द्धक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसको दानाले धातुरोग, जोर्नीवाथ, कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### १६६९. खुर्सानी माछे, माछाखुर्सानी, Fish Capsicum, *Capsicum* sp. (Family : Solanaceae)

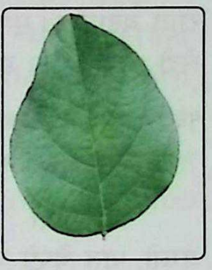
**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल घिउरङको, माछा आकारको फल दुई अङ्गुल लाम्चो ढिँडीभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो भोजनमा प्रयोग हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अति उत्तेजक, विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवातवृद्धि, मधुमेह, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ, सुन्निएको र दुख्ने, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३ थोपा, लेदो/चूर्ण अलिकति, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी १ वटा, खोटो/भस्म १ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६७०. खुर्सानी माछे सेतोपाते, सफेदपत्रक माछाखुर्सानी, Fish Capsicum White Leaf Plant, *Capsicum* sp. (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, सेतो पात चेप्टो चुच्चो, फूल घिउरङको, माछा आकारको फल दुई अङ्गुल लाम्चो ढिँडीभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो खानामा धेरै प्रयोग हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक, नेत्रज्योतिप्रदायक, उत्तेजक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले त्रिदोषवृद्धि, मधुमेह, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, जोर्नीवाथ,

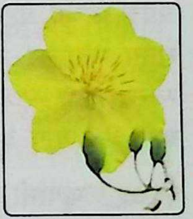
सुन्निएको र चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३ थोपा, लेदो/चूर्ण अलिकति, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी १ वटा, खोटो/भस्म १ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १० मि.लि. ३-५ पटक।

**१६७१. खुकुरीसिमी रातो, लालसिमी, बृहत्‌रक्तशिम्बी, Red Sword Knief Bean Plant, *Canavalia gladiata*** (Family : Fabaceae)



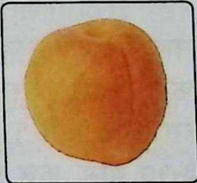
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा खेती गरिन्छ। माटो यो कालो मलिलो माटो र २०-३० डिग्री से. तापक्रममा प्रशस्त फल्छ। काउसोसमान काम गर्ने भनिन्छ। यो लता, पात त्रिपत्रक चेप्टो, रातो फुल्ने, खुकुरीसमान कोसामा फलभित्रदाना रगतसमान राता हुन्छन्। यो ५-१० दानाले अगाउन सकिन्छ। स्वाद मीठो हल्का टर्रो। स्वभाव शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कोसाभित्रको गेडा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलवर्द्धक, पुष्टिकर, धातुरक्षक, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको दानाले धातुरोग, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

**१६७२. खुर्पानी लहरे सुनौलो फुल्ने, खवानी, खुमानी, Apricot Yellow Flower, Hoa Mai, Mickey Mouse Tree, *Ochna integerrima*** (Family : Ochnaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, हाँगा लहरिन्छ, पात चेप्टो चुच्चो, सुनौलो फूल, पीत फल गोलाकार पाकेपछि पहेँलोभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, बुद्धिवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगति हुनेमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ। फल टुक्राले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ, आँत-आन्द्राका भित्तामा रसिलो पार्छ, रगत बढाउँछ। **मात्रा** : फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

**१६७३. खुर्पानी, खवानी, खुमानी, Apricot Fruit Tree, *Prunus armeniaca*** (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, पात चेप्टो फराकिलो, सेतो फूल, फल गोलाकार पाकेपछि पहेँलोभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक,

रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, बुद्धिवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, अर्बुद, पेटको घाउ, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ, आँत-आन्द्राका भित्तामा रसिलो पार्छ, रगत बढाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

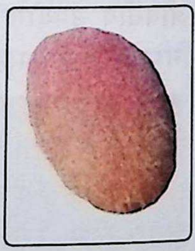
### १६७४. खुर्पानी मुस्ताङ्गी, खवानी, खुमानी, Mustangi Apricot Fruit, Mustang Cherry Plant, *Prunus jefchum*

(Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठन्डामा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, सेतो फूल, कलेजी वा काला फल गोलाकार पाकेपछि भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अपच, अर्बुद, पेटको घाउ-खटिरा, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ, आँत-आन्द्राका भित्तामा रसिलो पार्छ, रगत बढाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १६७५. खुर्पानी गुलाबी, खवानी, खुमानी, Siberian Apricot Fruit Plant, *Prunus sibirica*

(Family : Rosaceae)

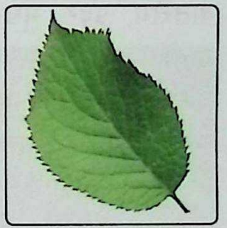


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, गुलाबी फूल, रातो फल गोलाकार पाकेपछि पहेँलो भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, अग्निप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदरशुल रक्तविकार, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अर्बुद, पेटको घाउ-खटिरा, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । फल टुक्राले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ, आँत-आन्द्रामा शक्ति दिन्छ र रगत बढाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १६७६. खुर्पानी हिमाली, खवानी, खुमानी, Alpine Apricot Fruit Plant, *Prunus brigantina* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, सेतो फूल, मुलायम फल गोलाकार पाकेपछि पहेँलोभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पाचक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, अग्निप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अर्बुद, पेटको घाउ-खटिरा, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । फल टुक्राले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ र रगत बढाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १६७७. खुर्पानी गर्मीको सेतो, खवानी, खुमानी, Warm Apricot Fruit Tree, *Prunus brigantina* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, पुष्पदण्ड रातो, सेतो फूल, मुलायम फल गोलाकार पाकेपछि सुन्तले-सिन्दुरेभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक, अग्निप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, रूखो अर्बुद, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, पेटको घाउ-खटिरा, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । फल टुक्राले प्रशस्त र्‍याल रस निकाल्छ, खाना पचाउँछ, आँत-आन्द्राका भित्तामा रसिलो गरी रगत बढाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १६७८. खुर्पानी गर्मीको सुनौलो, खवानी, खुमानी, Scout Apricot Fruit Tree, *Prunus mandshurica* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, पुष्पदण्ड रातो, कोपिला रातो, सुनौलो, मुलायम फल गोलाकार पाकेपछि सुन्तले-सिन्दुरेभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, नेत्रज्योतिप्रदायक बलकारक, बृक्कपुष्टिकर, स्मृतिदायक रक्तवर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तक्षय रक्तविकार, रक्तपित्त, कामला, रक्तस्राव, कुपोषण, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-

गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, रूखो मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, अर्बुद, पेटको घाउ-खटिरा, मुखपाक, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, फल स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल १-३ वटा, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १६७९. खुर्पु, कफली, टाँकी भ्याल्ले, Khurpu Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पात गोलाकार दुईभागमा बाँडिएको, फूल प्याजी फुल्ने, फल लामो कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सङ्कोचक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा, पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, अपस्मार, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, वातरक्त, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिबिरा, गलगाँड, मूत्रकृच्छ्र अण्डकोषवृद्धि, रक्तरोग, ज्वर, दुबी, दाद, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

### १६८०. खुर्सानी चरीआँखे, Bird Eye Chilli, Cayenne Pepper Plant, *Capsicum minimum* (Family : Solanaceae)

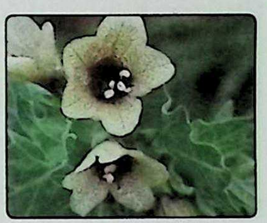
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल पाँचपत्रे सेतो, फल लाम्चो भित्र धेरै तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । यो पात र डाँठको आँख्लामा चराको आँखाझैं देखिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद पीरो र मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मुदुविरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड, नेत्रकमजोरी, रक्तचाप, अग्निमन्द, सुन्निने, पेटका समस्त कृमि, कब्ज र अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६८१. खुर्सानीज्वानो हिमाली सेतो फुल्ने, खुर्सानीअजबाइन, White Henbane, Devil`s Eye Plant, *Hyoscyamus niger*** (Family : Solanaceae)

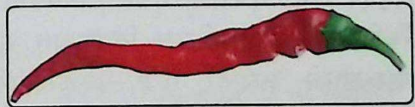
**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुतिर ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, लाम्चो फराकिलो चुच्चो पात रोमश-भुवादार सेतो, फूल सेतो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीयवीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१६८२. खुर्सानीज्वानो लेकाली सेतो फुल्ने, बजारभाङ, खुर्सानीअजबाइन, White Henbane, Langthang Tse (Am), Devil`s Eye Plant, *Hyoscyamus niger*** (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, लाम्चो फराकिलो चुच्चो पात रोमश-भुवादार सेतो, फूल सेतो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने इत्यादि सञ्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

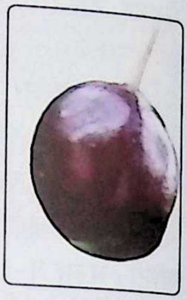
**१६८३. खुर्सानी इन्द्रधनुषी, Rainbow Chilli, Bolivian Pepper Plant, *Capsicum annuum*** (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो अरू खुसार्नीभन्दा ३-१२ गुना एकदम पीरो हुन्छ । यो २ फिट अग्लो, ३ फिट फराकिलो झ्याङ्गिन्छ, पात चेप्टो लाम्चो दन्तुर चुच्चो, फूल पाँचपत्रे रातो सेतो प्याजी, विभिन्न रङका इन्द्रधनुषी फल एक अङ्गुलको चेप्टोभित्र धेरै तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद पीरो र टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पीडा, कफवृद्धि, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मदुस्स, मोटोपन, आउँ-पखाला, पेटको रोग, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात,

दम-खोकी, जलोदर, गला-घाँटीको रोग, गाँड, नेत्र कमजोरी, निम्नरक्तचाप, अग्निमन्द, सुन्निने, पेटका समस्त कृमि, कब्ज र अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३ थोपा, लेदो/चूर्ण १ ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म चौथाइ ग्राम, तेलमालिस तथा तेलपिउने १० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६८४. खुर्पानी कालो, चिल्ली कालो, Apricot Tree, Zi-Xing, *Prunus dasycarpa*** (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १२-२४ फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो दन्तुर, फूल सेतो, फल पाकेपछि कालो भित्र तेलीय बीज अति कडा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अपच, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१६८५. खुर्सानी पहाडी, Blondie Chilli, Hill Plant, *Capsicum baccatum*** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका १८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो काच्चो खाने अरू खुर्सानीभन्दा ८० गुना पीरो हुन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, ३-४ फिट फराकिलो बोट, पात चेप्टो चुच्चो, फूल छपत्रे सेतो केशर बैजनी, घिउ वर्णको फल १३ से.मि. लाम्चोभित्र पहेँलो धेरै तेलीय बीजहरू, खैरा जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, उत्तेजक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, जलशोषक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-पखाला, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, चर्मरोग, गृधर्सी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, जलोदर, गाँड, नेत्रकमजोरी, निम्नरक्तचाप, अग्निमन्द, सुन्निने, कब्ज र अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म चौथाइ ग्राम, तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६८६. खुर्सानी ज्यानमारा, डल्ले खुर्सानी, Danger Chilli Plant**

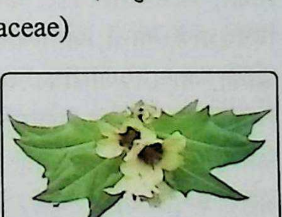
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, रेखाहरू भएको पात हृदयाकार-चेप्टा-लाम्चो, फूल सेतो/हरियो-पहेँलो, लाम्चो/डल्लो/गोलो ढिँडी फलभित्र तेलीय चेप्टा बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उत्तेजक अति उष्ण र

स्वाद अति पीरो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, जलशोषक, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम-खोकी, गानो-गोला चल्ने-वायुले भरिएर आन्द्रा फुल्ने, हिमपातले काठिएको, पेटमा कृमिले हैरान पारेको, विषादि परेको, बहुला कुकुर-स्याल-बाँदरले टोकेको, सर्पले डसेको, कफग्रस्त खोकी, दर्द, सुन्निएको, ठन्डी शरीर भएका बेला इत्यादि सन्चो गराउँछ। पीरोको असर यसको जराले हटाउँछ। सर्पविषमा जिब्रोले पीरो ज्ञान-थाहा नपाएसम्म खाइरहने १०-१०० वटा सिङ्गो खुर्सानी खाँदा ज्यान मर्दैन, बाँचिन्छ। **सावधान :** मिर्गौला-कलेजो सुक्खा र मुटुको कडापनमा, फियो रोग र सुक्खा दममा, पेट सुक्ने र अर्शमा नखाने। **मात्रा :** अत्तर ३ थोपा, हरियो लेदो/चूर्ण चौथाइ ग्राम, तेल २० र अर्क १० तथा क्वाथ २० मि.लि., रस/काँढापानी १ मुख, वटी एउटा, खोटो/भस्म आधा ग्राम, तेलमालिस र पिउने ३-५ पटक।

### १६८७. खुर्सानी ठाडे जङ्गली, खुर्सानी घाँस, Jangali Khursani, Wild upper Chilli Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल रातो, कुनै चेप्टो र कुनै डोलो त कुनै टेढो कुनै ठाडो फर्कने फलभित्र सेता तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो उत्तेजक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कफज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, गलाका रोग, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-५ वटा, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १६८८. खुर्सानी ज्वानो कालो, खुर्सानी अजवाइन, थाङखोमकार्पो (Am), परासिका यवानी, खुर्सानी अम्मा, Nepal Black Henbane Plant, *Hyoscyamus niger* (Family : Solanaceae)



**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुका २७००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात भालाकार-फराकिलो-लाम्चो, फल रोमश-कलशझैं, डल्लोभित्र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, शीतज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, फुफ्फुस/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, स्मरणशक्तिदायक, मानसिकरोगहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने,

विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, डन्डिफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, मानसिकरोग, गिदीमा पानी जम्ने, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग, शीतज्वर, कफग्रस्त-शिथिलफोक्सो, पिनास, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६८९. खुर्सानी सेतो ठाडे जङ्गली, खुर्सानी घाँस, Jangali Khursani Upper Plant, Wild Chilli Grass

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सेतोवर्णको १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो, फल कुनै चेप्टो र कुनै डोलो त कुनै टेढो कुनै ठाडो फर्कने, भित्र सेता तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कफज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रगतको कमी, गलाका रोग, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-५ वटा, बीज १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६९०. खुर्सानीज्वानो, खुर्सानी अजवाइन, थाङखोमकार्पो (Am), हिमयवानी, Himalayan Henbane, *Hyoscyamus niger* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुका २७००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात भालाकार-फराकिलो-लाम्चो, रोमश-कलशझैँ, डल्लो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, स्मरणशक्तिदायक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, आमवातविकार, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, डन्डिफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, मानसिकरोग, गिदीमा पानी जम्ने, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग, शीतज्वर, कफग्रस्त शिथिलफोक्सो, २० वर्षे पिनास, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६९१. खुदो पातलो, मधुतृण, इक्षुअवलेह, Sugarcane Thin Syrup Plant, *Saccharum officinale* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : मंसिर-पुसमा परिपक्व उखुको डाँठलाई सफा पारी काटेर/पेलेर/पिसेर/छानेर तामा वा फलामे भाँडोमा पकाउँदै फिँज-फोहोरलाई हटाउँदै-घटाउँदै सुकाएर पातलो लेदो पारिन्छ भने ऋषिमुनि

-गुरुकुलमा यसलाई खुदो भनिन्छ । सेलाएपछि महसमान तना छुट्ने धागोझैँ तनन्न झर्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, तृप्तिदायक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर, मूत्रल, शक्तिदायक, ऋतुस्रावनियामक, रक्तदोषहर, अतिपोषक, विषघ्न, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, रक्तजविकार, पित्तवृद्धि, दुब्लो-पातलो, रगतको कमी, रक्तपित्त, अमलपित्त, अर्श, कमलपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, उदरशूल, मूत्रकृच्छ्र, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, प्रदर, शारीरिक कमजोरी, बुढचौलीपन, विषप्रभाव, धातुरोग, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : मनतातो खुदो पातलो १ गिलास, बाक्लो खुदो-अवलेह मनतातो ३०-१०० र न तातो न चिसो पात्लोखुदोसुई ३-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, चिसो खुदो ३-१० चम्चाभर ३-५ पटक ।

### १६९२. खुदो बाक्लो, फाणित, गुडक, राख, Thick Sugarcane Syrup, *Saccharum* sp. (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो कुनै पनि जातको उखुरस पेलेर पकाएर बाक्लो पारिएको अवस्था जब त्यान्द्रो भएर झर्छ तबमात्र खुदो भनिन्छ । यसको स्वाद अति गुलियो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, श्रमहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, मूत्रल, बलकारक, कफनिस्सारक, वातहर, अग्निकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दुब्लाउने, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, अर्श, प्रदर, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ, खटिरा, कामला, आन्द्राको सुक्खापन, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, शारीरिक दुर्वलता, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तातो खुदो पातलो ३०-१०० र ठन्डा खुदो २०-५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १६९३. खुर्सानीज्वानो ठूलो, परसिका यवानी, खुरसानी अजवायन, बजरभाँग, Henbane, Black Henbane Plant, *Hyoscyamus niger* (Family : Solanaceae)

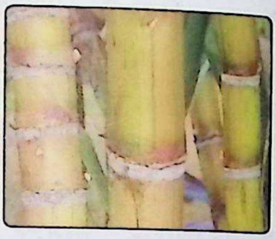
**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा खेती गर्न सकिन्छ । यो वर्षायु ३-५ फिट अग्लो, पात गाढा हरियो-आयाताकार चोसाचोसी परेका विभिन्न नापका, फूल सेतो/पहेँलो/कलेजी वर्णको थुङ्गाको बीचमा केशर नीलो-कालो रङको, फल अण्डाकार माथि फर्केको घण्टीभित्र लाम्चा काला ६ वटा तेलीयबीजहरू र फुस्रा जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । यसको स्वाद तीतो-पिरो हल्का कोक्याउँछ र स्वभाव उष्ण-उत्तेजक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, पत्थरीहर, निद्राजनक, वातव्याधिहर, अग्निकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, पीडा-शोथ, जोर्नीवाथ, पत्थरी, आमवात, सन्धिशोथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, वायोगानो, उदरशूल, कर्णशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो सर्वाङ्ग घिउ/तेलमा पकाएर डढाई छानी मालिस गर्दा वातव्याधि र चर्मरोग भाग्छ । **मात्रा** : बीजचूर्ण १-३ मासजति, बीज १-३ दाना, वटी १-३ वटा, सर्वाङ्ग अर्क २० र स्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, खोटो/भस्म चौथाइ-आधा ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, सर्वाङ्ग चूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १६९४. खुर्सानी केराउसमानको, अजीचारापिता, Charapita, Aji Charapa, Top Hot-Hit Pepper Plant, *Capsicum chinense* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : उत्तरी पेरुको वनमा पाइने यो महँगो खुर्सानी हो । यो धेरै पीरो अति महँगो मसला

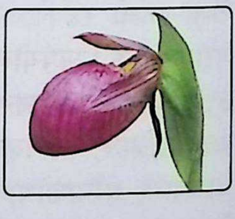
खेती गर्न थालिएको छ । यो ३-४ फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू बाक्लै लाग्ने, पुष्पदण्डमा पत्रहरू भएको थुङ्गा बाहिर सेतो र भित्र पहेँलोवर्णमा फुल्ने, पात चेप्टो, टुप्पो, फल गोलो, केराउसमान पाकेपछि पहेँलोभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद अति पीरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, विषघ्न, शोथघ्न, शीतहर, फोक्सो उत्तेजक, स्वेदकारक, मृदुरेचक, कृमिमारक, धातु-उपधातुशोधन-मारणमा उपयोगी, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी-दम, पिनास, चिसो-रुघा, जोर्नीवाथ, विषप्रभाव, पसिना नआउने-शरीर नतात्ने, अङ्गदर्द, आमवात, चिसो गानोगोला, शीतशूल, पेट डम्म ढुस्स, फोक्सोमा पानी जम्ने-सुन्निने, हिमालयको चिसो, दायाँ नाक नखुल्ने, जलोदर, धेरै पाध्ने रोग, कब्ज, पेटका कृमि, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क १० र तेल १० तथा क्वाथ ३० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ चामल जति, एउटा औँलाले दलेर मुखमा राख्यो भने खानै नपर्ने, छोएमा पुग्ने धेरै पीरो १-३ पटक ।

**१६९५. खुदो सङ्लो, मधुतृण, इक्षुअवलेह, Sugarcane Golden syrup, *Saccharum officinale* (Family : Poaceae)**



**चिनारी** : मंसिर-पुसमा परिपक्व उखुको डाँठलाई सफा पारी काटेर/पेलेर/पिसेर/छानेर तामा वा फलामे भाँडोमा पकाउँदै फिँज-फोहोरलाई हटाउँदै-घटाउँदै सुनौलो सङ्लो पारिन्छ भने ऋषिमुनि गुरुकुलमा यसलाई सङ्लो खुदो भनिन्छ । सेलाएपछि महसमान तना छुट्ने धागोझैँ तनन्न झर्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकर, तृप्तिदायक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर, मूत्रल, शक्तिदायक, ऋतुस्रावनियामक, रक्तदोषहर, अतिपोषक, विषघ्न, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, रक्तजविकार, पित्तवृद्धि, दुब्लो-पातलो, रगतको कमी, रक्तपित्त, अमलपित्त, अर्श, कमलपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, उदरशूल, मूत्रकृच्छ्र, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, प्रदर, शारीरिक कमजोरी, बुढ्यौलीपन, विषप्रभाव, धातुरोग, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : मनतातो खुदो पातलो १ गिलास, बाक्लो खुदो मनतातो ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, चिसो खुदो सानो गिलासभर, न तातो न चिसो बाक्लो खुदो १०० ग्राम, सुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६९६. खुजुकपा, कुजु शीतला, Khujukpa (Am), Himalayan Kuzu Himalyan ladyslipper Orchid, *Cypripedium himalaicum* (Family : Orchidaceae)**



**चिनारी** : यो ३०००-४८०० मिटरमा पाइन्छ । यो पाँचपत्रे कलेजी फुल्ने, पात चेप्टो फराकिलो हुन्छ । यो मनमोहक वनस्पति हो । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, विजातीयद्रव्य निष्कासक, ऋतुश्राव नियामक, हृदय पुष्टिकर, पित्तज्वर निवारक, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रसम्बन्धी बिमार, पत्थरीको समस्या, मुटुरोग, रक्तविकार, रजःवीर्यविकार, हाड-ढाडको रोग, कुपोषण, रगतको कमी, मासिकअधर्म, गर्भाशयकमजोर, प्रदर र धातुको समस्या, विजातीयद्रव्य भरिभराउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/स्वरस/चूर्ण, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१६९७. खुर्सानी कालो, कालीखुर्सानी, Black Chilli Plant**

**चिनारी** : यो २-३ फिट अग्लो, साउन-भदौमा नीलो फुल्ने र २-३ इन्च लामो कालो फल फल्ने,

हाँगाबिँगा हुन्छन् । पात चेप्टो चुच्चो, खुर्सानीको ढिँडी कालो भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद पीरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, जरा, बीज, पात र डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, कफनिस्सारक, पत्थरीनाशक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, अग्निकारक, वेदनानाशक, पित्तहर, अर्बुदहर, कृमिमारक, निद्राहारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, कफग्रस्त दम, पिनास, अर्बुद, रुघा-खोकी, पित्तवृद्धि, चिसो, जोर्नीवाथ, आमवात, वायुगोला, मोटोपन, मन्दाग्नि, छालाको रोग, अति निद्रा, सुन्निएको, अङ्गदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काच्चो फल १-३ वटा, सुकेको ढिँणी १ वटा, चूर्ण १-२ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ माना, चटनी १ ग्राम, तेल/अर्क/क्वाथ १० मि.लि., खोटो/भस्म १-५ रत्ती २-३ पटक ।

### १६९८. खुर्पानी रातो फुल्ने, उरमाण, जरदालु, Apricot Fruit Tree, *Prunus davidiana* (Family : Rosaceae)

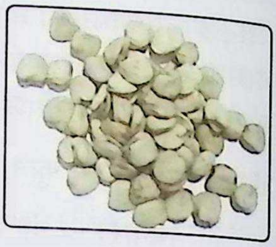
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो खुर्पानी सबैभन्दा उत्तम भनिन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा टेढोमेढो, पात अण्डाकार, फूल सेतो-रातो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र एक कडा बोक्रा सहितको बीज अझ भित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो फल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, रक्तदोषहर, मेदहर, रोगहारक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदरकृमि, दाद, दुबी, कुष्ठ, दन्तरोग, अपच, रक्तपित्त, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष इत्यादि सन्चो बनाउँछ । चर्मरोगमा लाभ पुऱ्याउँछ, पाचनशक्ति मजबुत पार्छ । फलमा भिटामिन 'सी' हुन्छ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल १-३ वटा, पात र बोक्राचूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फल सुकेको टुक्रा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १६९९. खेरसरी वनेलु, वनमटरभेद, वनमटरी, Chickling Vetch Plant, Wild Sweet Pea, *Lathyrus* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १० देखि २५ डिग्री सेन्टिग्रेटमा राम्ररी फल्छ । यो २-५ फिट लामो लहरा, तीनकोणे, हाँगा पंखासमान, पात दुवैतिर गएका लाम्चो भालाकार साँघुरो, पात पक्षवत् अगाडि २/३ सूत्रमा विभाजित, फूल राता, फल कोसाभित्र ३-५ तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, पुष्टिकर, वेदनानाशक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला कमजोरीमा, मुटुरोगमा, गाँठा-गिर्खा आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर,

प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको साग र दाल खाने चलन छ । यसको उष्ण दालले शरीरमा तापमान बढाउँछ । यसमा प्रोटिन धेरै हुन्छ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७००. खेरसारी रातो, रक्तत्रिपुट, लालमटरभेद, मटरी, Chickling Vetch, Blue Sweet Pea Plant, *Lathyrus sativus* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १० देखि २५ डिग्री सेन्टिग्रेटमा राम्ररी फल्छ । यो २-४ फिट लामो लहरा, हाँगा पंखासमान, पात दुवैतिर गएका लाम्चो भालाकार साँघुरो, पात पक्षवत् अगाडि २/३ सूत्रमा विभाजित, फूल रातो फल लामो कोसाभित्र ४-५ बीज तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, वातहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, पुष्टिकर, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, वातहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, अतिश्रमको पीडा, कफज्वर, हृदय-मिर्गौला कमजोरी, मुटुरोग, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको साग र दाल खाने चलन छ । यसको उष्ण दालले शरीरमा तापमान बढाउँछ । यसमा प्रोटिन धेरै हुन्छ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७०१. खेरसरी नीलो, खेरसारी, त्रिपुट, मटरकसुर, लत्तरी, Grass Pea, Dogtooth Pea Plant, *Lathyrus sativus* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीको १५०० मिटरसम्म पाइन्छ । यो गर्मी जलवायुमा खेती गरिन्छ । यो २-५ फिट लामो लहरा, फूल सेतो-निलो, पातलामा भालाकार, वर्षायु, हिउँदेबाली, फल चेप्टो भित्र ४-५ तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज दालका रूपमा, कोसा तरकारी, बीज तेल, पात साग, जरा चूर्णका रूपमा प्रयोग हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अत्यन्त पोषक, सङ्कोचक, वेदनाहर, कफनाशक, बलकारक, जलशोषक, रक्तस्तम्भक, स्नायु-हाडको कमजोरीमा लाभदायक, रुचिकारक, शोथघ्न, पित्तहर, मृदुविरेचक, नेत्र हितकारी, अतिश्रमहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी, पोषकत्वहरूको कमी, जोर्नी खुकुलो, रुघा, खोकी, पिनास, कफग्रस्त समस्या, चिसोले सुन्निएको, अतिश्रम गर्दा शरीर दुख्ने, शरीरका गिर्खा-गाँठा, जलोदर, फोक्सोमा पानी जम्ने जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, कुपोषण इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग ३०-१०० ग्राम, बीजचूर्ण ३-१० ग्राम, दाल ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र पञ्चाङ्ग अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १७०२.खैरो वनेलु कोदो बडो उसी, **Brown Big Wild Millet, Sedge Plant,** ***Carex buxbaumii*** (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो धानझैं फल्ने, ३०-१०० से.मि.अग्लो, सुरिलो पात लामा-भालाकार साँगुरो, बालामा लमतन्य खैरो-सेतो फूल र लाग्छ, छिप्पिएपछि बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । यो कोदो समान हो । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पीडानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्वको कमीमा उपयोगी, प्राणवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७०३. खोलेहडचुर, पातलनी, हरज्वार, पाताल्नीझार, सेउला झाँक्री, **Khole-Hadchur, Bone Join Plant**

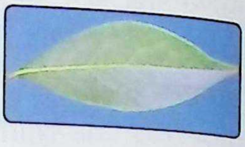
**चिनारी** : यो १०००-२००० मिटरका चिस्यानमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, फूल सुनौलो वा पहेँलो, मुलायम पात लामो-पातलो, डाँठ कमलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग । स्वाद मीठो-स्वादिलो र चिप्लोपन भएको हुन्छ र स्वभाव शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पीडानाशक, हाडरोगमा लाभदायक, मेद-मज्जाकारक, सप्तधातुरक्षक, हृदयहितकारी, कब्जहर, त्रिदोषशामक, वातहर, शोथघ्न, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाड फुटेको-भाँचिएको, पेटको सुक्खापन, हाडको वाथ, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कब्ज, रक्तस्राव, रक्तार्श, रक्तविकार, पित्तरोग, धातुको समस्या, कमजोरी दुब्लो-पातलो, कुपोषण आदि सन्चो गराउँछ । यसको जरा-डाँठ-पात पिसेर काम्रो बाँध्दा फुटेको/भाँचिएको हाड जोडिन्छ । **मात्रा** : पत्रस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ताजा पात १०-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७०४. खोलेसाग सेतो, सिमसाग सफेद, छुच, **Water Cress White Plant,** ***Nasturtium officinale*** (Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो प्रायः चिस्यानमा हुन्छ । यसको खेती गर्ने परम्परा बसिसकेको छ । यो ३-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, गोलाकार पात, पुष्प छिप्पिएपछि गेडा लाग्छ र पाक्छ । यो गेडा तेलको राम्रो स्रोत हो । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, पित्तनाशक, पुष्टिकर, निद्राकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, पित्तज्वरनिवारक, वातहर, पत्थरीहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी, कुपोषण, अनिद्रा, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तस्राव, अनिद्रा, पत्थरी,

ज्वर, रक्तदोष, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कामला, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७०५. खोल्मे सानो, खराने सानो, Kholme Plant, *Symplocos* sp. (Family : Symplocaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुतिर पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, चैत-वैशाखमा सेतो फुल्ने, असोजमा कालो फल पाक्छ र भित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वातव्याधिहर, रक्तशोधक, रजःवीर्यवर्द्धक, चर्मरोगहर, अस्थिपोषक, कफनिस्सारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । यसले दन्तशूल, चर्मरोग, पोलेको, सुन्निएको, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, रजवीर्यदोष, कमजोरी, अनिद्रा, तनाव, पुराना घाउ-खटिरा, दम-खोकी, मासिकअधर्म, कटिवात, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल-बीज चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र पञ्चाङग अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, पात चूर्ण २-३ ग्राम, फल १ वटा ३-५ पटक ।

### १७०६. खोक्रिम सेतो, शृङ्गीफल, Khokim White Plant

**चिनारी** : यो २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, पात डल्लो चेप्टो, तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो ३ महिने बुटी हो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, शोथघ्न, पीडाहर, रक्तवर्द्धक, कफनाशक, बलकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जराले खोकी, रुघा, दम, फोक्सोको ज्वर, प्रसूति, गृध्रसी, हाड वात, जोर्नीवाथ, रगतको कमी, सुन्निएको कफग्रस्त समस्या, अतिश्रमको पीडा, पक्षाघात, बाँझोपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ६० तथा क्वाथ १०० मि.लि., मालिस ३-५ पटक ।

### १७०७. खोलेसाग पहेंलो, पीतसिमसाग, छुच, Yellow Water Cress Plant, *Nasturtium* sp. (Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो प्रायः चिस्यानमा हुन्छ । यसको खेती गर्ने परम्परा बसिसकेको छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पहेंलो फुल्ने, गोलाकार पात, पुष्प छिप्पिएपछि गेडा लाग्छ र पाक्छ । यो गेडा तेलको राम्रो स्रोत हो । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, पित्तनाशक, पुष्टिकर, निद्राकर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, पित्तज्वरनिवारक, वातहर, पत्थरीहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी, कुपोषण, अनिद्रा, जोर्नीवाथ, आमवात, रक्तस्राव, अनिद्रा, पत्थरी, ज्वर, रक्तदोष, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कामला, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७०८. खाँचे ठूलो, सेकुटा, वीर्यबुटी, Immune Big Herb

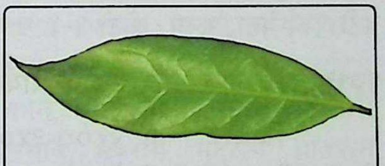
**चिनारी** : यो २५००-४५०० मिटरमा पाइने पुष्टिकर साग हो । यो भीरतिर मिल्छ । यो ३ फिट अग्लो, फराकिलो पात लाम्चो, फूल सेतो, गोलो फल तेलीयगेडा लाग्ने, जरा सेतो हुन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद हल्का मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भरक्षक, मूत्रल, धातुपुष्टिकर, पीडानाशक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, अर्बुदहर, समस्त रक्तविकारहर, वातव्याधिनाशक, बलकारक,

रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी र दर्द, हाड-जोर्नी खिइने-घोटिने, स्मृतिह्रास, कमजोर मुटु र मिर्गौला रोग, गर्भ नरहने, रगतको कमी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसावात, कुपोषण, अनिद्रा, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । शक्ति दिन्छ, रगत बढाएर वीर्य गाढा पार्छ । यो काँच्चै खाँदा धातुरोग हुँदैन, दुब्लो मोटाउँछ र दर्द हटाउँछ । **मात्रा** : ज़रा लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, सागरस ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७०९. खोकिमफूल रातो, शृङ्गीपुष्प, **Khokim Rato, Bone Useful Plant**

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल रातो, फल गोलाकार, बीज तेलीय, जरा रातो हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/अस्थिहितकारी, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, अग्निमन्द, हृदयरोग, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, कटिवात, नसा-स्नायुकमजोरी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो-गोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, चोटपटक दुखाइ, मर्केको-भाँच्चिएको, सुत्केरी-प्रसूतिरोग इत्याादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस एक गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १७१०. खोल्मे लामो पाते, बुरो, लेकतेल, **Lek Oil Plant, *Symplocos pyrifolia* (Family : Symplocaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो केही चुच्चो, सेतो फूल, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यो चैत-वैशाखमा सेतो फुल्छ र असोजतिर टिपेर कोल/चेपुवा/मीलमा पेलेर तेल निकालिन्छ, तेलहन बालीमा गणना गरिन्छ । लेकमा पशुहरूले घाँस खान्छन्, तेल तोरीभैँ भोजनमा प्रयोग गरिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, हाडको रोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, दुबी, दाद, लुत्तो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७११. खोलुवा, पखालेजडी, **Kholuwa Diarrhea Herb**

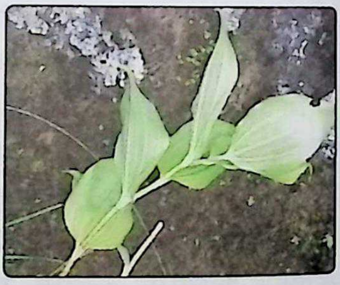
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ४०००-६५०० मिटरमा पाइन्छ । यो हिउँ पग्लेपछि उम्रन्छ र गाँजिन्छ, असोजमा हराउँछ । यो अति पुष्टिकर झार हो । यो दूधे १ फिट अग्लो, गोलो चुच्चो पात, फूल नीलो, जरा सेता, फलमा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तीव्रविरेचक, कब्जियतमा उपयोगी, पित्तनाशक, मेदहर, पत्थरीनाशक,

कृमिमारक, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, आन्द्रा शुद्धिकर, वातपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले घोरकब्ज, मोटोपन, पित्तवृद्धि पत्थरी, अर्श, गोटापर्ने, उदरकृमि, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, आन्द्राको विकार, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, पित्तज्वर, दम, खोकी, पेट डम्म ढुस्स, अर्श, पेट पोल्ने र दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। धेरैपटक दिसाद्वारबाट सङ्लो पानी निस्केपछि ठन्डा पानी खाएर पखाला बन्द पार्नुपर्छ। यसको बीज तेलले जोर्नीवाथ, ठन्डीवायु, अङ्गदर्दमा मालिस गर्दा सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना १ पटक।

### १७१२. खोल्मेच्याउ, Kholme Chyau Mushroom

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो छाताकारको मसिनो डाँठ २-३ अङ्गुल साउन-भदौमा सुकेको ठुटोमा पहेंलो लाग्छ। उम्रेको ३-५ दिनमा कोपिला हुर्केर खान योग्य हुन्छ। **प्रयोग हुने** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, कष्टकर-रोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, प्रदर, वीर्यदोष, जलोदर, आन्द्राको गिर्खा, मोटोपन, कुष्ठ, मुसा निक्लने, पिलो आउने, शरीरको कडापन, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १७१३. खोँचे टेणो डाँठ, सेकुटा, वीर्यबुटी, Immune Himalayan Plant

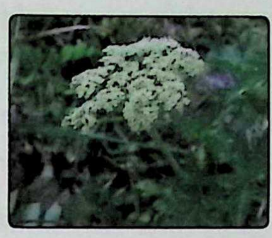


**चिनारी** : यो २५००-३५०० मिटरमा पाइने पुष्टिकर साग हो। यो एक फिट अग्लो, टेणो डाँठ, पात लाम्चो केही चेप्टो, फूल सेतो, गोलो फल तेलीयगेडा लाग्ने, जरा सेतो हुन्छ। **स्वभाव** : उष्ण र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, धातुपुष्टिकर, पीडानाशक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, अर्बुदहर, समस्त रक्तविकारहर, वातव्याधिनाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले शारीरिक कमजोरी र दर्द, हाड-जोर्नी खिइने-घोटिने, स्मृतिह्रास, कमजोर मुटु र मिर्गौला रोग, गर्भ नरहने, रगतको कमी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, नसावात, कुपोषण, अनिद्रा, धातुरोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। शक्ति दिन्छ, रगत बढाएर वीर्य गाढा पार्छ। यो काँच्चै खाँदा धातुरोग हुँदैन, दुब्लो मोटाउँछ र दर्द हटाउँछ। **मात्रा** : जरा लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, सागरस ३०-१०० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

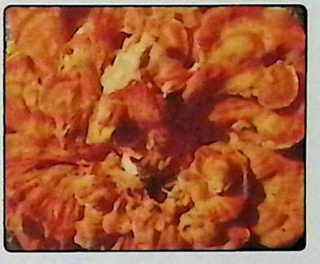
### १७१४. गदार, एन्जेलीका, White Angelica Plant, Wild Celery, *Angelica* sp. (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २००० मिटर भन्दामाथि पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, बास्नादार, हरियो डाँठ, पाक्नेबेलामा चिपचिपे रोमश, संयुक्त पात त्रिशूलाकार लाम्चो, झुपुक्कै छत्राकार फूल सेतो, जरा सेतो ठूलो, चम्किलो तेलीयबीज प्रशस्त हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद

टर्रो-मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, बलकारक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, हृदय-मिर्गौला शोथ, गाँठा-गिर्खा, कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्रा र गर्भाशय सुन्निएको, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, पखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज १-२ र जरा २-५ ग्राम ३-५ पटक ।

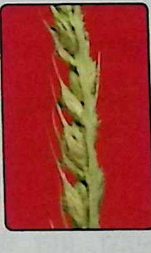


### १७१५. गन्धकच्याउ, काठको गँगटोफ्भैं च्याउ, Crab Of the Woods, Sulphur Shelf or Polypore Mushroom, *Laetiporus sulphureus* (Family : Fomitopsidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वृक्षमा तह-तह बनेर लाग्छ, यो १०-६० से.मि. अग्लो, सुन्तले वर्णको हुन्छ । यो पहेँलो/रातो/सेतो विभिन्न रङमा मिल्छ । यो १-५ फिट बाक्लो तह बन्छ र ३०-५० किलोग्रामको हुन्छ । प्रयोग हुने सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो र मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, रक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, मुटुरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग, हृदयाघात, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७१६. गहुँफुला घास, बुर्गु, Hippo Grass, Burgu Millet Plant, *Echinochloa stagnina* (Family : Poaceae)



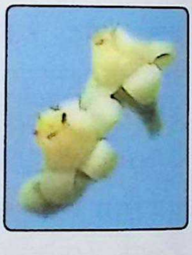
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २७०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यसको घाँस दुग्धव्यवसायमा लागेका दूध बढाउने अग्रज किसानहरूले खेती गरी लाभ उठाउँछन्। यो ३-१० फिट अग्लो, पात भालाकार धारिलो, हरियो पहेँलो फुल्छ, फल गहुँसमान बालामा लागेर पाक्छन्, गेडा पिठो र तेलयुक्त बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको

रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : नलस्वरससुई ३-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले ३०-१०० ग्राम, रोटी/ढिँडो १-३ चोइली ३-५ पटक।

### १७१७. गन्नी, गन्नु, Ganni Herb Plant

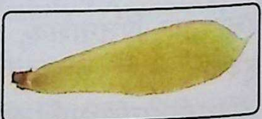
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ अङ्गुल अग्लो, रातो डाँठ, पात चेप्टो, तेलीय बीजहरू, सेतो फुल्ने, झुप्पामा लाम्चो पात, दह्रो डाँठ हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो ठस्स गन्हाउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, केशसुधारक, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, विषप्रभाव, रक्तस्राव, मधुमेह, उदरशूल, अर्श, राजयक्ष्मा, समस्त रक्तविकार, कुष्ठ, दुबी, दाद, लुत्तो, डन्डीफोर, प्रदर, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, हेपाटाइटिस, आँखाको कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, तेल १० र पातस्वरससुई १० मि.लि, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १७१८. गलेनी कुकुरजिब्रे, डाँगा, कुत्ताजिह्वा, ऐना, Dog Tounged Leaf Bandicoot Plant, *Leea indica* (Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो-लामो पात कुकुरजिब्रोसमान आयाताकार-लामो, गाढा हरियो, टेडा हाँगाहरू, हरियो फुल्ने केशर सेतो, गोलो हरियो फलपाकेपछि कालोभित्र तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन्। स्वभाव उष्ण र स्वाद फल, फूल र जरा मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। पातको स्वाद केही तितो केही टर्रो लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरनिवारक, विषनाशक, पित्तजनित विकारनाशक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यजनक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, गाँठा-गिर्खाहर, वातपुष्टिकर, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : चर्मरोग कुष्ठ-दाद, दुबी, चिलाउने खटिरामा प्रयोग गरिन्छ। यसको पञ्चाङ्ग चूर्ण/खोटोले मासिकअधर्म, प्रदर, सुजाक, समस्त ज्वर, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, अर्श, मधुमेह, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रजःवीर्यदोष, गाँठा-गिर्खा, घाउ, अम्लपित्त, कमलपित्त, आउँ-पखाला, पेट पोल्ने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि.।

### १७१९. गञ्जागोल लहरासेतो फुल्ने, भामेरी, गोञ्जोलता, Milletia Big Vine Plant, *Millettia extensa* (Family : Fabaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-१०० फिट लामो विशाल लहरा, पात चेप्टो केही लाम्चो दुवैतिर गएका ७-९ वटा पात, फूल सेतो फुल्ने, फल ठूलो लामो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यो साल वृक्षमा लाग्ने लहरो हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण, स्वाद टर्रो-तीतो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो श्वासहितकारी,

अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर, रक्तस्तम्भक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, कफज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, यौनरोगहर, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका रोग, पत्थरी, वाकवाकी, आमवात, मलेरियाज्वर, कुष्ठ, लुत्तो, अर्बुद, उदरकृमि दाद, दुबी, दादुरा क्षयरोग, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, वातरक्त, उच्चरक्तचाप, जोर्नीवाथ, पक्षाघात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको बोक्रा पशुहरूको पेटमा रहेका खतरा कीरा मार्न प्रयोग गरिन्छ । सुन्निएको र दुखेको स्थानमा तेल/घ्यूमा डढाएर मालिस गर्दा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### १७२०. गहते चारपत्ते, चाक्सू, गहटे, चाकुस्या, चक्षुष्या, कुर्थी, Zasmeejas Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-१० फिट अग्लो, चिपचिपे रोमश, पात लम्बी ४/४ पत्ते, फूल पहेँलो वा लालिमायुक्त, १-२ इन्च लामो भित्र चम्किलो कालो तेलीयबीज ५-७ वटा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, कपालरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, गर्भाशय सङ्कोचक, सङ्ग्राहक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला शोथ, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्रा र गर्भाशय सुन्निएको, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, पखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७२१. गलेनी रातो गर्मीको, हथियकचिंघार, हाथीकाना, डाँगा, Elephant Ear Leaf Grass, *Leea macrophylla*

(Family : Vitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, कमलो ठूलोपात दन्तुर हात्तीकानझैं चेप्टो, पुष्प हरियो-पहेँलो फुल्छ, गोलो फलभित्र तेलीय बीजहरू, राता जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, मुखपाक, आन्द्रासुक्ने, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, कामला-हेपाटाइटिस, रक्तस्राव, अपच-अजीर्ण, पुरानो ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, पिसाबको रोकावट, धातु झर्ने, नक्सीर इत्यादि सन्चो गराउँछ । जरा पिसेर लेपन लगाउँदा दर्द तत्काल लाभ दिन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

**१७२२. गदार सेतो, गधार, White Angelica Plant, *Angelica archangelica* (Family : Apiaceae)**

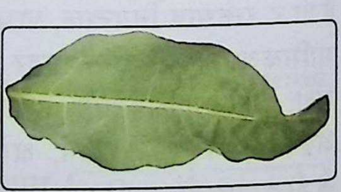
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २००० मिटर भन्दामाथि पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, हरियो डाँठ, पाक्नेबेलामा चिपचिपे रोमश, संयुक्त पात त्रिशूलाकार लाम्चो, झुपुक्कै छत्राकार फूल सेतो, जरा सेता ठूलो, चम्किलो तेलीयबीज प्रशस्त हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला शोथ, गाँठा-गिर्खा, कमजोरी, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्रा र गर्भाशय सुन्निएको, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, पखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज १-२ र जरा २-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**१७२३. गहतेलहरो वनगहत, परेवालहरो, वनकुल्थी, कबुतर मटर, Peanut Gress, Showy Pigeon Pea Plant, *Cajanus scarabaeoides* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-१०० फिट लामो लहरा, रोमशलता, पात त्रिपत्रक चेप्टो चुच्चो, फूल भदौमा सुनौलो फुल्छ, फल कोसाभित्र पिठो र तेलीय बीज ३-६ वटा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, सर्दी ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, कपालरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, सङ्ग्राहक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटु कमजोरी, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्यपातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, आउँपखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको साग र दाल खाने प्रचलन छ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक

**१७२४. गणफुस्रे, Great Mullein Plant, *Verbascum thapsus* (Family : Scrophulariaceae)**

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको १४००-३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, दुवैतिर गएका पात जिब्रोसमान लाम्चो, फूल बालामा सुनौलो, रोमश डाँठपात, फल डल्लोभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, कलेजो-फोक्सोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, अग्निकारक, कण्ठशोधक, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, उदररोगनाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय**

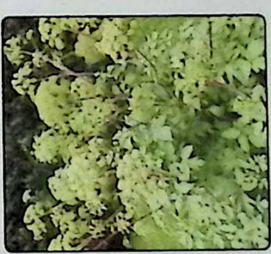


**उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, हैजा, उदरशूल, अर्श, दम, खोकी, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१७२५. गहुँघाँस कालो, गेहुँघाँस, काला बनगेहुँ, Black Wild Wheat Plant, *Triticum vulgare*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो पहेंलो फुल्छ, फल बालामा लागेर पाक्छन्, गेडा पिठो र तेलयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, पित्तदोष, मुटु कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, वीर्यपातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्वलता, विषमज्वर, आउँ-पखाला, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको रोटी र खोले खाने चलन छ । **मात्रा** : नलस्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक

**१७२६. गदार रातो डाँठे, रक्तगधार, Red Stem Angelica Plant, *Angelica archangelica*** (Family : Poaceae)

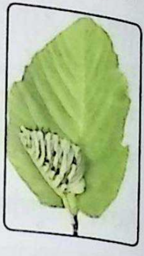


**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका २००० मिटर भन्दामाथि पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पाक्नेबेलामा चिपचिपे रोमश, डाँठ रातो, संयुक्त पात त्रिशूलाकार लाम्चो, फूल सेतो, जरा फुस्रो ठूलो, चम्किलो तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, कपालरक्षक, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, हृदय-मिर्गौला शोथ, गाँठा-गिर्खा, कमजोरी, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्रा र गर्भाशय सुन्निएको, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, पखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज १-२ ग्राम, जरा २-५ ग्राम ३-५ पटक

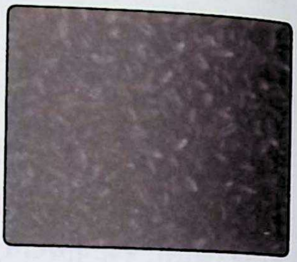
**१७२७. गलेनी, गलगण्डी, हथियकचिंघार, कुमाली, Galeni Plant, *Leea macrophylla*** (Family : Vitaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ७००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात

लाम्चो, फूल निलो रङको, फल गोलोभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हृदयरोग, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।



**१७२८. गहुँकालो, कालागेहुँ, कृष्णगेहुँ, Black Wheat Plant, *Triticum* sp.** (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो फुल्छ, फल बालामा कालो भएर पाक्छन्, गेडा पिठो र तेलयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, वातहर, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, पित्तदोष, मुटु कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, वीर्यपात, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शीघ्रपतन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, आउँ-पखाला, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको रोटी र खोले खाने चलन छ । **मात्रा** : नलस्वरससुई ५-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**१७२९. गजपिप्पली, टाहुनेपीपली, बडीपत्तेपिप्पली, चबिकायफल, Gajpippli Vine Plant, *Scindapsus officinalis*** (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट लामो लहरो, पात १०-१५ से.मि.लामो चेप्टो पानआकारको बास्नादार, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल मोटो-ठूलो बेलनाकार १०-२० से.मि.लाम्चो घोगामा परिपक्वपछि तेलीय बीजहरू थुप्रै हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पीरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जलशोषक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, पिनास, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, क्षय, जलोदर, कटिवातज, चिसो-रुघा, फोक्सो सुन्निएको, श्वासनली बज्ने, छालाका समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल/क्वाथ ३० र अर्क २० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात र फल १ वटा ३-५ पटक ।

### १७३०. गणेशसुपारी, Ganesh Supari, Ganesh Beetlenut Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, विनाहाँगाबिँगा टुप्पामा झुप्पा, पात संयुक्त लामो भालाकार, फूल पहेँलो, फल झुत्तामा अण्डाकार भुत्लाले घेरिएको भित्र गोलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण स्वाद अति टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो दन्तरक्षक, वातनाशक, मदकारक, उष्ण, वेदनानाशक, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मेदहर, पत्थरीहर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, चर्मरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, कृमिमारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, जलोदर, जोर्नीवाथ, उदररोग, गानो, कब्ज, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, दुबी, दाद, कुष्ठ, क्षय, आउँ-पखाला, सुजाक, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, उदरकृमि, जीर्णआमवात, अतिसार, गर्भाशयशोथ, मोटोपन, टन्सिल, रुघा, कफग्रस्त दम, खोकी, सङ्ग्रहणी, फोक्सो सुन्निएको, छालाका खत-दाग, दन्तशूल, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क ३० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा १-३ पटक।

### १७३१. गनमने, पुट्के, घोडाचत्थी, Reddish Viburnum Plant, *Viburnum erubescens* (Family : Adoxaceae)

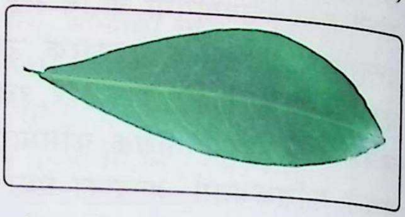
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पातचेप्टो दन्तुर, फूल सेतो टुप्पो रातो रङको, फल गोला हरियो-राता-काला, हाँगाबिँगा बलिया हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो-टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, फलस्वरससुई १०-२० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १७३२. गन्दे, गनमनेघाँस, गनाउनेझार, गन्धसेतो, राबन्ने, Billy Goat Chickweed Plant, *Ageratum conyzoides* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा मिल्छ, उम्रने-मर्ने क्रम चलिरहन्छ, यो १-३ फिट अग्लो, रोमश, पात गोलाकार, फूल सेतो, जरा सेता हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तितो पकाएपछि मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, उदररोगहर, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा दम-खोकी, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, कलेजोशोथ, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मुखपाक, अर्श, सुजाक, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, आउँ-पखाला, हैजा, आन्द्राको खटिरो, सडेको कलेजो-हेपाटाइटिस, छालाका रोग, मोटोपन, मधुमेह, डन्डीफोर, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको साग

खाने चलन छ। **मात्रा** : साग ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १७३३. गन्धफला, प्रियङ्गु वृक्ष, पुवाङगु, Rice Flower Tree, *Aglaia odoratissima* (Family : Meliaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३०-८० फिट अग्लो, लाम्चो चुच्चो एक आपसमा जोडिएका पात, बास्नादार हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल ३-५ अङ्गुल मोटो, गोलो, रुवादारभित्र १-२ बीज तेलीय रहन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधाक, कफघ्न, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, अग्निकारक, वेदनानाशक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रजःवीर्यदोष, कमलपित्त, अम्लपित्त, मन्दाग्नि, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मुटुवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, दम-खोकी, मोटोपन, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १७३४. गजहलेदो, गजे बेसार, Three Feet Curcuma Plant, *Curcuma aromatica* (Family : Zingiberaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, गजभर लामो पात चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो-रातो भदौमा थुँगामा फुल्छ र बास्ना चल्छ, जरामा सेलाहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, तिक्तपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, कलेजो सुक्ने, गला-घाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, बिग्रेको छाला, रक्तचाप, मोटोपन, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, अत्तर ५-१० थोपा ३-५ पटक।

### १७३५. गल्छीजडी, गल्छेडो, Galchhi Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, लाम्चो चुच्चो पात, बास्नादार हरियो-पहेँलो फुल्ने, फल गोलो, रुवादार, भित्र १-२ बीज तेलीय रहन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, अग्निकारक,

वेदनानाशक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रजःवीर्यदोष, कमलपित्त, अम्लपित्त, स्मृतिह्रास, मन्दाग्नि, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, सुन्निएको, नसारोग, हाड दुख्ने, राजयक्ष्मा, जलोदर, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ, सुक्खा दम-खोकी, मोटोपन, उदरशूल ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१७३६. गजानिया फूल, गन्जापुष्प, Gazania Flower, *Gazania rigens*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो एक-दुई फिट अग्लो, रोमश, पात लामो रौँदार, फूल सुनौलो ३-५ महिना फुलिरहन्छन् मौरी झम्मिन्छन्, तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का तितो-टर्रो र फूल मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, पीडानाशक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, छारे, रुघा, पिनास, दम-खोकी, टन्सिल, अर्बुद, यौनरोग, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, कफग्रस्त समस्या, पित्तवृद्धि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, स्नायुवात, रक्तस्राव, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाका रोग, अरुचि, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्प १-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, जरा चुस्ने १-२ टुक्रा, बीजवटी २-३ वटा, वटी १-२, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक ।

**१७३७. गन्धे निलो, ओसदी, पंपिलु, उज्जररौनिया, पत्थरसुवा, अप्पाकोटी, Billy Goat weed, *Ageratum conyzoides*** (Family : Asteraceae)

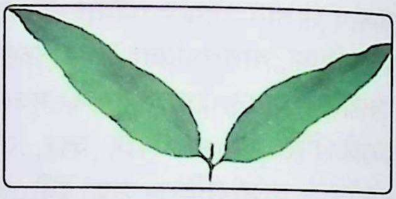
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको ३००० मीटरसम्ममा धेरै पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, निलो फुल्ने, काला बीजहरू तेलीय, सेता जरा हुन्छन् । यो सदा-सर्वत्र भुइँमा यत्रतत्र लतारिएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद केही तितो टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, रेचक, विषघ्न, चर्मरोगहर, कृमिमारक, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, विजातीयद्रव्य निष्कासक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, गर्मीज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, कामला, मोटोपन, दम, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, कब्ज, हर्ष, जलोदर, क्षय, सर्पदंश, कृमिरोग, बिग्रेको घाउ, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, सेतो कुष्ठ-दुबी र कुहिएको भैँसेदाद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, बीज धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० र तेल १०-३० मि.लि, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१७३८. गञ्जनी घाँस, सुत्रिण, सिट्रोनेला, Citronella Oilgrass, *Andropogon nardus*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात भालाकार फूल सेतो बालामा फुल्ने, तेलीय बीजहरू, जरा धेरै हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव

शीतल र स्वाद तितो-टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पत्थरीहर, अग्निकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७३९. गण्डल, मुस्किपारा, Danewort, Walewort Plant, *Sambucus ebulus* (Family : Adoxaceae)



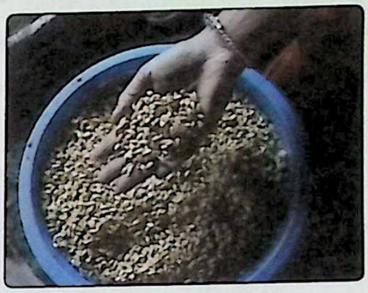
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १२००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, संयुक्त पात दुवैतिर गएका भालाकार चुच्चो साँगुरो, फूल सेतो भुप्पामा केशर कलेजी, फल गोलाकार कालो भुप्पामा, २-३ वटा तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, रेचक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा सिरानोजेटिक ग्लुकोसाइड मिल्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-७ थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरस १०० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., फल १०-३० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### १७४०. गहतभुसे कालो, कालाकुल्थी, कालाकुर्थी, Gahat Hairy Black Plant, *Macrotyloma* sp. (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३ फिट लामो लहरा, भुसे रोमश लता, पात त्रिपत्रक चेप्टो चुच्चो, फूल भदौमा सुनौलो फुल्छ, फल कोसाभित्र पिठो र तेलीय बीज ३-६ वटा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्कोचक, पत्थरीहर, रुचिकर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, फुफ्फुसहितकारी, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, सङ्ग्राहक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, गाँठा-गिर्खा निक्लने, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, आउँ-पखाला, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार कटिवात, गृध्रसी,

क्षय, जलोदर, गर्भाशय/फोक्सोशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको साग र दाल खाने चलन छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, पातचूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १७४१. गहुँ, गोधुम, गेहुँ, Wheat Plant, *Triticum aestivum* (Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो गर्मीमा २-३ र ठण्डामा ६-९ महिनामा पाक्छ। यो २-३ फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो फुल्छ, फल बालामा लागेर पाक्छन् गेडा पिठो र तेलयुक्त बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, वातपुष्टिकर, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, अस्थिसन्धानक, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, मुटुका कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको ताजा ढिँडो, रोटी र खोले खाने चलन छ र हजारौँ खाद्यपरिकारहरू बन्दछन्। **मात्रा** : ढिँडो १-३ चोइली, दलिया एक कचौरा, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र नलस्वरससुई ५-२० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १७४२. गहुँ सेतो, श्वेतगोधुम, सफेद गेहुँ, White Wheat Plant, *Triticum* sp. (Family : Poaceae)

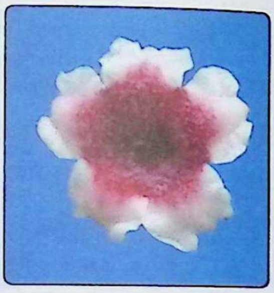
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो गर्मीमा २-३ र ठन्डामा ६-९ महिनामा पाक्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो पहेँलो फुल्छ, फल बालामा लागेर सेता गेडा पाक्छन् गेडा पिठो र तेलयुक्त बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, नल र जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, हृदयहितकारी, चर्मसुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अग्निमन्द, कब्ज, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, वीर्यपात, मासिकअधर्म, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, आउँ-पखाला, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको ताजा ढिँडो, रोटी र खोले खाने चलन छ र हजारौँ खाद्य परिकारहरू बन्दछन्। **मात्रा** : ढिँडो १-३ चोइली, रस/काँढापानी १ माना, तेल १० र नलस्वरससुई ५-२० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### १७४३. गजसरो, ईश्वरगज, गजेभरको माला, गलफन्दी, गलसाक्षी, Godneck Root Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, कमलो डाँठमा लामा पात, जरामा गाना गजभरका मालासमान एउटैमा जोल्टिएर रहेका हल्का पहेँलो सेता, तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा । स्वभाव शामक-उष्ण । स्वाद तीतो-टर्रो र हल्का पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उदररोग उपयोगी, गण्डमालाहर, अग्निकारक, पाचक, रक्तशोधक, रक्तविकारहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, ज्वरहर, चर्मरोगहर, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ग्यास्ट्रिक, वायुगोला, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, ज्वर, अर्श, मधुमेह, अर्बुद, दुबी, कुष्ठ, दाद, यौनरोग, दम, खोकी, जलोदर, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ/तेल १० र अर्क २० ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७४४. गन्धप्रसारिणी, बिरी, पाधेलहरो, प्रसारिणी, हिरणबेलो, Skunk or Stink Vine Plant, *Paederia foetida*

(Family : Rubiaceae)



**चिनारी** : यो तराईदेखि उच्चपहाडका ३५०० मिटरसम्म सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ठूलो झ्याङ भुइँमा धेरै फैलिन्छ, हल्का मसिना रौँ हुन्छ, टेडोमेडो हुँदै टाढा पुग्छ, पात मिच्दा पाधझैँ गन्हाउँछ, पात हृदयाकार चेप्टो मसिनो डाँठ, सेतो फुल्ने थुङ्गाको बीच केन्द्र रातो, फल गोलो चिल्लो ५ रेखायुक्त फलभित्र एक तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, पात, फूल डाँठ र फल । स्वभाव उष्ण-र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरहर, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, विरेचक, विषघ्न, वातहर, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजा निरोधक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, स्वेदकारक, पत्थरीहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ ।

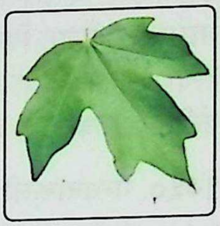
**औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, पित्तरोग, कब्ज, विषप्रभाव, ज्वर, पत्थरी, शारीरिक कमजोरी, सन्धिवाथ, पसिना गन्हाउने, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मूत्राम्ल दोषवृद्धि, पित्तवृद्धि, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, बीजतेल २० थोपा ३-५ पटक ।

### १७४५. गजपिप्पली पातलोपाते, चव्य, चव्यक, कुकुटमञ्जरी, चव्यफला, च्यवन, टाघनी, Big Cubeb Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लता दृढ मांसल, उपजरा तान्ने रेसाले डोऱ्याउँछ-फैलिन्छ, यसको डाँठमा शूक्ष्म धर्का, ५-७ इन्च लामा पात आयाताकार टुप्पो चुच्चो, पुष्पमञ्जरी ५ अङ्गुल लामो, फल १-२ इन्च लामो अण्डाकार गेरु-रातो वर्णको, तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद कटु-परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, अग्निकारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, दुर्गन्धहर, गला-घाँटी शुद्धिकर, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि-अपच, मन्दाग्नि, ठन्डीशूल, चिसो गानो, सुन्निएको, श्वासगन्हाउने, पेट डम्म-ढुस्स, उदररोग, कफवृद्धि, रुघा, पिनास, खोकी, कफग्रस्त दम, नाक नखुल्ने, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, धनुर्वात, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल २० र क्वाथ ५० तथा अर्क २० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ५-१० थोपा, फल १-२ वटा, फूल १ वटा, पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७४६.गधापापड, गधापापरी, पोटली, कंझल, **Ezoitaya, Painted Mono Maple Tree,** ***Acer pictum*** (Family : Sapindaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, ७०-१०० से.मि. गोलाइ काण्ड फुस्रो, सेतो बोक्रा, पात कलिलोमा रातो मुना आउने र पछि हरियो हुने पञ्जाकार, ६-७ चोसे, फूल हरियो/पहँलो रङको, फल गोलाकार भित्रतेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बीज, बोक्रा र पात । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो, बीज र फल तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, वातहर, दर्दहर, मेद-मज्जाकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दर्द, शारीरिक कमजोरी, गृध्रसीवात, आमवात, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १०, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल/बीज/पात १-३ वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा, खोटो १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

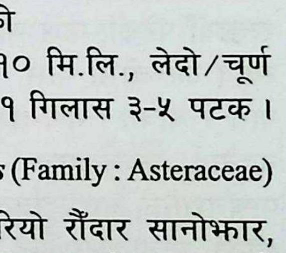
### १७४७.गन्नी, गन्दनी, पहाडी गंदना, **White Horehound Plant,** ***Marrubium vulgare*** (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, काण्ड चौपाटे, श्वेत-रोमश, पात चेप्टो, पुष्प सेतो मञ्जरीमा फुल्छ, कस्तुरीसमान बास्ना आउँछ, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चो, खैरो तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, शोथघ्न, विरेचक, नेत्ररोगमा लाभदायक, फुफ्फुसपुष्टिकर, व्रणसुधारक, दर्दहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त खोकी-दम, फोक्सोविकार, शीतज्वर, अग्निमन्द, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, गृध्रसी, कटिवात, पक्षाघात, शिरशूल, पिनास, मुखरोग, विषप्रभाव, गर्भाशयशोथ र खसेको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीजतेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, अत्तर ३-१० थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १७४८. गन्धे झुसे नीलो फुल्ने, नीर-सफेद रावन्ने, **Chick Weed Plant,** ***Ageratum conyzoides*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो अँध्यारो हरियो रौँदार सानोझार, पुष्पदण्डको टुप्पोमा नीलो फुल्छ, फूल छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद ठस्स गन्हाउँछ, पाकेपछि टर्रो लाग्छ । यसको फुल्ने समय असार-मंसिर हो । यसको कलिलोमा साग खाने प्रचलन छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, दुर्गन्धकारक, चर्मरोगहर, मेदहर, रेचक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, रक्तपित्त, पत्थरी, मोटोपन, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, कुष्ठ, दुबी, दाद, जनैखटिरा, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

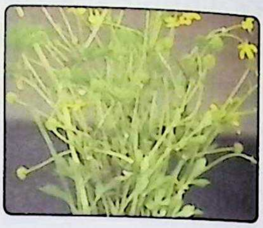
### १७४९.गधाकाँडो, गौखुरी काँडे, **Gaukhur-Gadha Kando, Goukhur Plant**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा प्रशस्त पाइन्छ । यो बलौटे पत्थरिलो माटोमा पैदा हुन्छ । यो एक फिट अग्लो, पहेँलो फुल्ने, पात चेप्टो सानो, फल लाम्चो सानो, काँडाभित्र सेतो तेलीयबीज हुन्छ । स्वाद मीठो-टर्रो र स्वभाव शामक उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीनाशक,

पित्तरोगहर, मूत्रल, मिर्गौलामा लाभदायक, ज्वरनिवारक, मूत्राम्लदोष घटाउ, विजातीय-त्रिदोषजविकार निष्कासक, मिर्गौलापत्थरीहर, मूत्ररोगहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । मीठो केही टर्रो स्वाद र स्वभाव उष्ण । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तपत्थरी, मिर्गौलारोग, वीर्यपत्थरी, मिर्गौलापत्थरी, मूत्ररोग, ज्वर, पित्तवृद्धि, जोर्नीवाथ, आमवात, हैजा, पित्तपत्थरी, पित्तवृद्धि, पित्तरोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ माना, स्वरस २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७५०. गन्धनाकूली, मसला अनुकूली, Gandhanakuli Plant



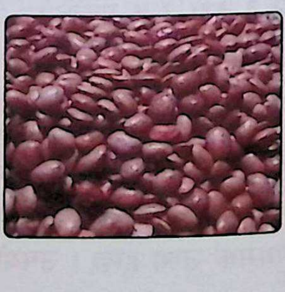
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रका खेत चिस्यानमा पाइन्छ । यो हिउँदे वनस्पति ३ महिनामा पुनः पुनः उम्रन्छ अनि सकिन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो बाक्लो, हाँगाबिँगासहित चैत-जेठमा सुनौलो फुल्ने, अण्डाकार घोगे फूल, मसिना तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद परपराउने र पिरो, स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, पुष्टिकर, निद्राकार, शोथघ्न, पिनासनाशक, ज्वरहर, विषनाशक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले क्षयरोग, रुघा, पिनास, टन्सील, गलगाँड, घाँटी दुख्ने, खोकी, दम, फोक्सो सुन्निएको, आउँ-पखाला, जलोदर, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, अङ्गदर्द, विषप्रभाव आदि सन्चो गराउँछ । यसको गुन्द्रुकले कब्जियत, आन्द्रा सुन्निएको, शूल, हैजा सन्चो पार्छ । **मात्रा** : चूर्ण २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ ५० र अर्क २० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७५१. गमले अम्बा, जापानीअम्बा, Cherry Guava Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा खेती हुन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात सानो लाम्चो रत्छायाँ परेको, फल गोलो हरियो-पहेँलो हुन्छ । यो १-२ वर्षमै झुपुक्कै फल्छर भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद काच्चोमा फल, पात र बोक्रा एकदम टर्रो र पाकेपछि फल मीठो हुन्छ । **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग** : फल, पात र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : पाकेको फल स्वादिष्ठ, पित्तनाशक, आन्द्रामा केही चिप्लो हुनेलाई उदरशुद्धिकर नहुनोई कब्जकारक, पाचनशक्ति वृद्धिकारक, अर्शोघ्न, सङ्ग्रहणीहर, पुष्टिकर, पाचनशक्ति, बलप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कफवृद्धि, दम, खोकी, गानो, कमजोर पाचनशक्ति, अर्श, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, रक्तस्राव, आउँ-पखाला, मुख-जिब्रोको क्षयरोग, खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-५ वटा, धूलो ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १७५२. गहत रातो, रक्तकुल्थी, कुर्थी, कुलत्थिका, Stone Cut Gram Plant, *Macrotyloma uniflorum*

(Family : Fabaceae)



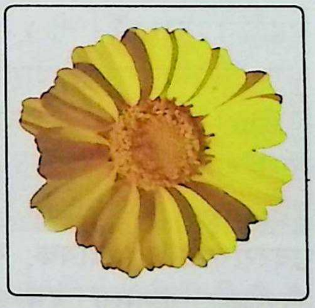
**चिनारी** : यो दाल बाली नेपालको ५००-१५०० मिटरका पहाडी हावापानीमा साउन-भदौतिर खेती गरिन्छ । यो २-५ फिट लामो झ्याङ, पात चेप्टो गोलो, सेतो फुल्छ, कोसामा राता तेलीयबीज हुन्छन्, कार्तिक-मंसिरमा पाक्छ । स्वाद टर्रो स्वाद र स्वभाव गर्मी । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीनाशक, दर्दहर, त्रिदोषशामक, गर्भाशयसङ्कोचक, उदरशुद्धिकर, रक्तशोधक, पित्तहर, कफनिष्कासक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** :

यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, सन्धिशोथ, दम, खोकी, पिनास, ढाड-कम्मर दर्द, रक्तदोष, कफवृद्धि, पित्तज्वर, रक्तपित्त, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, जलोदर, पित्तपत्थरी, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, क्षय, प्रसवपछि र पाठेघर सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । पहरो फुटाउने गहत काँढापानीले मानिसको पित्तथैलीको पत्थर तोड्छ/काट्छ/हटाउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ वा दालरस १०० मि.लि., लेदो/धूलो ३-५ चम्चा ३-१० ग्राम, पकाएको रस १/१ गिलास अथवा एक मुठ्ठी गहत ५०-१०० ग्राम डेढ लिटर पानीमा पकाएर आधा लिटर रस जब रहन्छ, यसलाई सुत्नेबेलामा खानाको २ घण्टापछि पिउने, उठ्नासाथ शेष भएको पिउने- छोक्रा खाने ।

**१७५३. गहत वनेलु चारपाते, वनकुल्थी, चुक्षुष्या, Four Leaved Plant, *Macrotyloma* sp.** (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो १५०० मिटरसम्मका गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट लामो लहरो, पहेँलो फुल्ने, वर्षायु, चारपाते, फल कोसामा भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यो बलौटे सुक्खा माटोमा धेरै पैदा हुन्छ । पाइन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, ग्राही, आँखामा लाभकारी, पुष्टिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, कफनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजःवीर्यदोष, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, हैजा, आमवात, मूत्ररोग, आँखारोग, रक्तरोग, दम, खोकी, रुघा-चिसो, कफवृद्धि, वायुवृद्धि, उदरशूल, घाउ-खटिरा, बिबिरा, गला-घाँटीका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको बीजमा शर्करा, बोसो, अल्कलोयड्स, टेनिन्स, श्लेश्म एवम् प्रोटिन तथा म्यागिनजका रासायनिक अंश मिल्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, दाल वा साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१७५४. गलचिनी अति सानी सुनौलो, गुलदण्डी, शिवबल्लमा, गुलदाउदी, Golden Rose Smallest Flower Plant, *Chrysanthemum coronarium*** (Family : Asteraceae)



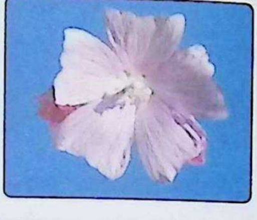
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, थुङ्गामा सुनौलो फुल्ने, कैयौं पत्रहरू भएको केशर बीचमा सुनौलो पात संयुक्त लामो छिन्नभिन्न किनारा मुलायम, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चो चुच्चोदार तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको राम्रो बास्ना चल्छ । यसको जरा अकरकरासमान हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो केही तितो हल्का टर्रो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, ऋतुस्राव नियामक, पोषक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, वाजीकर, गर्भपोषक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, प्रदर, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, हाडको रोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, ज्वर, अर्श, उदररोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रजःवीर्यदोष, गर्भरोग, निसन्तान-बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, वटी १-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, केशर १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

**१७५५. गलगण्डी फूल, गले गुलाबी-कलेजी, गुलखैरु, गुलखेरा, Round Dock Plant, Hollyhock Plant, *Alcea rosea*** (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात ठूलो

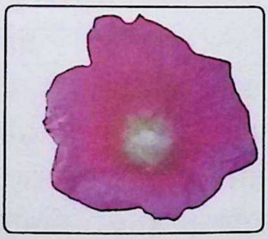
गोलाकार मुलायम, फूल कलेजी टपरोसमान ठूलो, फल अण्डाकार-गोलाकार भुसेभित्र चेप्टा-तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कटिवात, गृध्रसी, नसारोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, प्रदर, मुखपाक, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी २५० र स्वरससुई २-१० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१७५६. गलगण्डी, गुलखैरा, Shu Kui, Heal Plant, Marshmallow, *Althea officinalis*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात मुलायम ठूलो चेप्टो असमान किनार-छेउ, फूल रातो-सेतो, फल गोलाकार २०-३० मि.मि.को भित्र तेलीय बीजहरू १२-१५% तेल निस्कन्छ, जरा धेरै सेतो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, नेत्ररोगमा हितकारी मानिन्छ। यसको नयाँ पालुवा पात र फूलको साग खाने प्रचलन छ। कडा छाला, मुखपाक, आन्द्राको घाउ-खटिरा, टन्सिल, गला-घाँटी दुख्ने, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, कामला, अर्श, ज्वर, रक्तपित्त, गानो, पेट पोल्ने-दुख्ने, नेत्ररोग, आन्द्राको सुक्खापन, उदरशूल, कफग्रस्त दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको/बफाएको/पकाएको ३०-५० ग्राम, बीजतेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी/रस/झोल १ माना, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

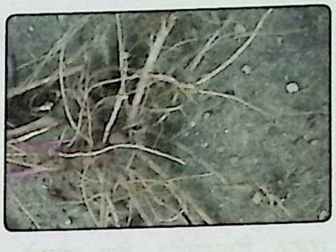
**१७५७. गलगण्डी कालो, कृष्णगुलखेरा, कालागुलखैरा, Black Nigra Hollyhock Plant, *Alcea rosea*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो शोभा बढाउने फूल हो । यो ५-७ फिट अग्लो, पात गोलाकार मुलायम छिन्नभिन्न किनारा, फूल गुलाबी/रातो थुङ्गामा, फल अण्डाकार, भुसे फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो १२-१५% तेल फलाउने बिरुवा हो । यसको नयाँ पालुवा पात र फूलको साग खाने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, चर्मसुधारक, कण्ठशुद्धिकर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, उदररोगमा लाभदायक, वातपुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जीर्णज्वर, कामला, दम-खोकी, टन्सिल, गला-घाँटी दुख्ने, पेट पोल्ने-दुख्ने, गानो-उदरशूल, अर्श, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, अरुचि, अजीर्ण, छालाको रोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-५० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, बीज वटी २-३ वटा, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१७५८. गदाल्नु, गोदाल्नु, गधाइनो, Khaptad Tea, Family-Umbelliferae, *Pleurospermum dentatum*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो मलिलो कालो माटोमा ३-५ फिट अग्लो, लुलो बिरुवा, तीनचोसे चेप्टो पात, साना हाँगाबिँगा, जरा धेरै सेता रङ्गका सुगन्धदायक हुन्छन् । स्वाद मीठो-सुगन्धदायक-परपराउने, हल्का पिरो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा ।



**गुण-धर्म-कर्म :** यसको जरा बास्नादार, श्वास-प्रश्वास नियामक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफपित्तनाशक, शोथहर, रुचीकर, स्वेदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रुघा, खोकी, दम, पिनास, चिसो, गाँठा-गिर्खा, श्वरको घटबढ, मानसिक, घट-बढ, कफग्रस्त खोकी, फोक्साशोथ, अर्बुद, शीतज्वर, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँडापानी-पेय १ माना, अर्क ५० ग्राम, भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७५९. गन्धराजलता, अनन्तम्, Chintzu, Cape Jasmine Plant, *Gardenia jasminoides* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने १०-३० फिट लामो फैलिने लहरो, सधैं फुलिरहन्छ, पात चेप्टो, अति बास्नादार, धेरै हाँगाबिँगाहरू, सेतो वर्णको पञ्चपत्रक फूल, फल चेप्टो/लाम्चो हुन्छ । यसको स्वाद फूल मीठो-अन्यभाग तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सुगन्धदायक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मेदहर, चर्मरोगहर, ज्वरहर, कृमिमारक, उदररोग, उपयोग मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, मोटोपन, घाउ-खटिरा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, ज्वर, अम्लपित्त, कामला, पित्तरोग, छालारोग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, उदररोग, पेटका जुका, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., अत्तर ३-७ थोपा, पात/फूल १-३ वटा, बीज १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७६०. गरुडफल, कडुकपित्य, तीतोकाठ, कोष्ठो, कालमोगरा, Khastail Oil Tree, Garud Fal Plant, *Hydnocarpus wightiana* (Family : Achariaceae)

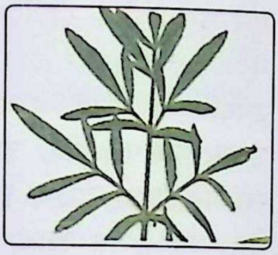
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो गर्मीमा छिटो बढ्छ र राम्रो उत्पादन हुन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, पात सिताफलको समान, फूल पहेँलो-हरियो, फल चेप्टो गोला रूद्राक्षसमान हुन्छ । यसको स्वाद तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज, चोप, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म :** यो चर्मरोगहर, अर्बुदनाशक, पित्तघ्न, विषघ्न, कृमिमारक, विस्फोटक, वेदनाहर, रक्तशोधक, केशरक्षक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तरोगहर, मेदहर, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, विषप्रभाव, पेटका कृमि, रक्तकुष्ठ, श्वेतकुष्ठ, कालोकुष्ठ, यौनरोग-भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, खुजली, कपाल खुइलिएको, पुराना घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, आमवात, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, मोटोपन, रक्तरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, शिरमण्डलका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज १-२ वटा बीजतेल ५-२० थोपा ३-५ पटक ।

### १७६१. गर्भेधान, सठियाधान, Garvedhan, 60 Days Fat Rice

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो धानलाई वनेलु पशुपंक्षीले पाकेको थाहा पाउँदैनन् । यो पाखोबारीमा हुने घैयासमान धान ६० दिनमा बाली पाक्छ । यो जेठ-असारमा धान छरेर भदौ-असोजमा पाक्छ । यो आडिलो, पाचक र धेरै मीठो चामलमा गणना गरिन्छ । यो ४-६ फिट अग्लो, पात भालाकार, पुष्प

अप्रकट, धान झुल्दैन फल धानभित्र सेतो चामल मोटो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, जीर्ण कलेजोरोग-ज्वर, कमलपित्त, कब्जियत, गर्मीरोग, रक्ताल्पता, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, मिर्गौला सुकेको, पिसाब नखुल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको नाथ्रो टुँणोले आन्द्राको विजातीयद्रव्य निकाल्छ । **मात्रा :** दूध वा दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, मोहीभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., नलरस/काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १७६२. गन्धराज सुनौलो, गन्धराज, Stinking Chamomile Plant, *Coreopsis tinctoria* (Family : Asteraceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो दक्षिण फर्केका २००० मिटरसम्ममा खेती गर्न सकिन्छ । यो बास्नादार वनस्पति २-३ फिट अग्लो, पात लामो सुइरे, फूल सुनौलो र केशर रातो, पुष्प छिप्पिएपछि बीज लाम्चो र तेलीय बीज पाक्छन्, मसिना हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-पिरो, बास्नादार मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पीडाहर, शोथघ्न, श्वासरोगहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पक्षाघात, जोर्नीवाथ, दम, खोकी, पिनास, श्वासरोग, अङ्गशोथ, जलोदर, कफवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, घाउ-खटिरा, दुबी, दाद, दादुरा, ज़नैखटिरा, नाक नखुल्ने, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७६३. गहत सेतो गेडा हुने, श्वेतकुलत्थ, चाँदीगहत, Silver-White Horse Gram, White Gahat Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसलाई गर्मी जलवायुका भिरालो बलौटे माटोमा खेती गर्न सकिन्छ । यो २-३ फिट जमिनमा फैलिने, रौंदार, पात गोलाकार, फल कोसाभित्र चेप्टा-गोलाकार तेलीय बीजहरू सेता हुन्छन् । यो ३-५ महिनामा पाक्छ । गर्मीमा साउन-असोज र भदौ-असोजमा खेती गरी ३ महिनामा फलाउन सकिन्छ । यो खेतको आली-डिलमा असारतिरै रोपिन्छ र मंसिरमा ६ महिनामा पाक्छ । यसको स्वाद टर्रो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, पत्थरीहर, दर्दहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातव्याधिहर, श्वासरोगहर, जलोदर र क्षयरोगमा लाभदायक, कफज्वरनिवारक, पुष्टिकर, बलकारक, अतिश्रमहर, उदररोगमा उपयोगी, सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त दम-खोकी, पत्थरी, क्षयरोग, शीतज्वर, आउँ-पखाला, जलोदर, श्वासरोग, कफवृद्धि, पिनास, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कटिवात, गृध्रसी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अतिश्रमको पीडा, श्वासनली र फोक्सोशोथ, आमवात, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** काच्चो कोसा-गेडा २०-५० ग्राम, तेल १० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., दाल-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको दाल/सातु ३०-५० ग्राम, खोटो/भस्म २-५ ग्राम, खोले/झोल/ काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

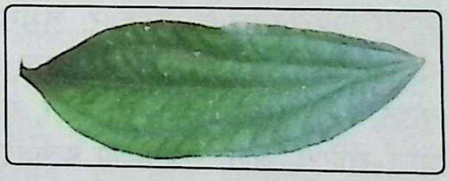
### १७६४. गहत झुसे, कालोगेडा हुने, कृष्णकुलत्थ, Black Horsegram, Stonecut Black Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो प्रायः गर्मीमा बलौटे माटो भएको भिरालो ठाउँमा राम्रो उत्पादन लिन सकिन्छ । यो साउन-भदौमा छरिन्छ, खेती लगाइन्छ र मंसिरमा पाक्छ । यो ३-५ फिट लामो जमिनमा फैलिन्छ, त्रिपत्रक, चेप्टोपात, आँख्लाबाट निस्कने सुनौलो फुल्ने, फलभित्र चेप्टा काला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद अति टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पत्थरीहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, गर्भाशय सङ्कोचक, पीडानाशक, मेदहर, अतिश्रमको पीडाहर, वातव्याधिहर, पुष्टिकर, बलकारक, कण्ठशुद्धिकर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, कम्पवात, अतिश्रमको पीडा, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, दम, खोकी, पिनास, जलोदर, क्षयरोग, फोक्सो/श्वासनली सुन्निएको, रसग्रन्थिको अभाव, टन्सिल, गला-घाँटीका रोग, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दाल/तरकारी/काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण/सातु/भिजाएको/उसिनेको १०-१०० ग्राम, काच्चो कोसा र बीज रुचिअनुसार ३-५ पटक ।

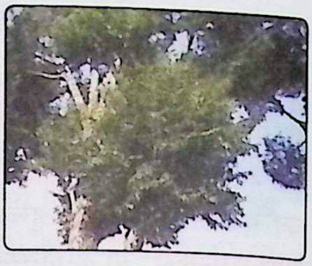
### १७६५. गहत वनेलु रातो फुल्ने, रक्तवनगहत, Wild Horsegram, Chaksu, *Cajanus scarabaeoides* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो १-५ फिट लामो फैलिने, पात चेप्टो त्रिपक, फूल रातो मञ्जरीमा फुल्छ, फलभित्र चेप्टा काला चिप्ला तेलीय बीजहरू हुन्छन्, यो वर्षायु लता झुत्तोमा फल्छ । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, पत्थरीनाशक, वातघ्न, त्रिदोषशामक, बलकारक, दर्दहर, अतिश्रमहर, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तस्तम्भक, विषघ्न, व्रणरोपक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भरोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, पित्तवृद्धि, कफग्रस्त दम-खोकी, क्षयरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, पाठेघर खस्ने-सुन्निने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज/सातु/पिठो १०-२० ग्राम, साग-तरकारी २०-३० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७६६. गजपिप्पली पहाडी, चव्य ठूलो पाते, Hill Pepper, *Piper mullesua* (Family : Piperaceae)



**चिनारी** : यो लता १०००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यसको पात लाम्चो केही चेप्टो टुप्पो चुच्चो-बाक्लो-गाढा हरियो, लामो मञ्जरीमा निलो-कालो फूल, पुष्प छिप्पिएपछि लाम्चो फल र फल पाकेपछि बास्नादार हुन्छ । मंसिरमा सङ्कलन गरिन्छ । यसको स्वाद पिरो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, शोथघ्न, अर्बुदहर, वेदनाशामक, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातहर, पित्तनाशक, शीतनाशक, स्वादिष्ठ, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सास गन्हाउने, कफग्रस्त दम, खोकी, टन्सिल, फोक्सो सुन्निने र पानी भरिने, शिर चिसिने, ठन्डारोग, जोर्नी दुख्ने, पेटको चिसो गानोगोला, निम्नरक्तचाप, जीर्ण पिनास, कफग्रस्त पीडा, टाउकोको अर्बुद, चर्मरोग आदि सन्चो गराउँछ । चुस्ने र चपाउने गर्दा जाँड-रक्सी आदि खाने नराम्रो आदत छुट्छ । यो मर्चा बनाउने पहाडी लहरो हो । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १, काढाँपानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।



### १७६७. गरुडकाली, कालगरुड वृक्ष, Garudkali, Kalgarud Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो प्रायः गर्मी पहाडमा राम्रोसँग बढ्छ । यसको पात लाम्चो, मसिनो, फूल हरियो, तेलीय गेडा लाग्ने, हाँगाबिँगा धेरै, पात छपक्कै, सदा हराभरा रहने ४०-५० फिट अग्लो रूख हो । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो-परपराउने हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मोटोपन, पित्तरोग, कफग्रस्त समस्या, दम-खोकी-पिनास, ज्वर, पत्थरी, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, गानो, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, फल १-२ वटा, पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७६८. ग्रन्थिपर्णी, Granthiparni Plant

**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, हाँगाबिँगा नभएको, मुख्य एक दण्डी काण्ड रहेको, एक मुडी हात हरियो लामो पात विपरीततिर गाँठा परेको केही सेतो, गाना चेप्टो घोप्टे मुठीसमान, फूल थुङ्गामा रातो हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, पित्तनाशक, पीडानाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक, पुष्टिकर, बलकारक, स्त्रीधर्मप्रदायक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कुपोषण, कफग्रस्त समस्या, स्नायुगत-नसारोग, रक्तदोष, अर्बुद, सङ्ग्रहणी, अर्श, रक्तविकार, घाउ-खटिरा, क्षयरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

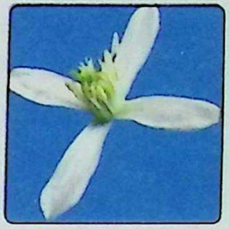
### १७६९. गहुँते कालो, चकबडे टाप्रेकालो, चकोन बर्का, बृहत्चक्रमर्द, Big Cassia Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल रातो, पहेँलो कोसा लाग्छ र भित्र काला तेलीयबीज १०-१५ वटा हुन्छन् । यसको गेडा पकाएपछि रातो रङ आउँछ । यसको गहुँत गन्ध र बास्ना दुवै चल्छ । यसको स्वाद तितो केही टर्रो, गौमूत्रको बास्ना आउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, कुष्ठनाशक, जलशोषक, फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, यौनरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, जलोदर, दम, खोकी, पिनास, कुष्ठ, दाद, दादुरा, दुबी, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, फोक्सो-कलेजोरोग, रक्तरोग, ज्वर, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, अर्श, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७७०. गजरा बेल मुर्वा, मोरबेलो, गोमेटी, बेलकुम, चागलबोटी, Gourian Plant, *Clematis gouriana*

(Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लता सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो, फूल सेतो हरियो जुँगाहरू, बीज लाग्छन् र तेलीय बीज पाक्छन् । यसको स्वाद टर्रो-पिरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग**: सबै



भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, शोथघ्न, पीडानाशक, अतिश्रमहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, नसारोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गृध्रसी, कटिवात, अण्डकोशवृद्धि, दम, खोकी, पिनास, कफवृद्धि, फोक्सोशोथ, वायु-गानो, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फूल/पात/बीज १-३ वटा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१७७१. गन्धप्रसारिणी चर्को गन्धदिने, चन्द्रवल्ली गन्धवाली, Fever Vine, Stinkvine Plant, *Paederia foetida*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धेरै फैलिने विशाल लता, चेप्टो चुच्चो पात मध्यभागमा अर्धचन्द्रमा आकारका रेखाहरू भएको पात मिच्दा अति दुर्गन्ध चल्छ, फूल गुलाबी रङका पञ्चपत्रक थुङ्गामा, फल शीतकालमा पाक्छ पहेँलो पंखाकार फलभित्र एक तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-टर्रो, दुर्गन्धित, हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तघ्न-पित्तसंशोधक, यकृतपुष्टिकर, वेदनास्थापक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, गर्भाशयसङ्कोचक, पत्थरीहर, मूत्रल, अर्शोघ्न, कफनिस्सारक, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर, वामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले त्वचारोग, एकाङ्ग/सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मोटोपन, अर्बुद, अर्श, कटिवात, गृध्रसी, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कुष्ठ, दाद, दुबी, जनैखटिरा, लुत्तो, कफग्रस्त समस्या-दम-खोकी, पिनास, पसिना नआउने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**१७७२. गन्धप्रसारिणी कम गन्ध भएको, चन्द्रमाबेली, चाँदबेल, अर्धचन्द्रमा प्रसारिणी, Half Moon Creeper, *Paederia* sp.** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मका हावापानीमा पाइन्छ । यसको पातको मध्यभागमा अर्ध चन्द्रमाका रेखाहरू भएको, चेप्टो चुच्चो परेको, फूल गुलाबी रङको मञ्जरीमा नलिकाकार पञ्चपत्रक पुष्प, शीतकालमा फल पाक्छ, पंखाकार फलभित्र एकतेलीय बीज लाग्छ, पात मिच्दा हल्का गन्हाउँछ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो केही परपराउँछ-गन्हाउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो ऋतुस्रावनियामक, कामोत्तेजक, मूत्रल, वातपुष्टिकर, यकृत र प्लीहा रोगमा लाभदायक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, व्रणपुरक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तशोषक, रक्तस्तम्भक, वेदनानाशक, रक्तप्रसारिणी, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वातरक्त, पित्तवृद्धि, कफजरोग, अर्बुद, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, कलेजो-मिर्गौलारोग, मूत्रकृच्छ्र, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, मन्दाग्नि, कामला, ज्वर, अर्श, गर्भाशय सुन्निने र खस्ने, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५०, क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

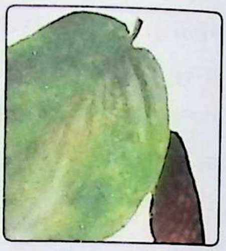
**१७७३. गठिवन, गठौना, ग्रन्थिपर्ण, Adderwort Plant, *Polygonum bistorta*** (Family : Polygonaceae

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, तुलसीसमान, नीलो फुल्ने, मञ्जरीमा गुलाबी फुल्छ, ग्रीष्म ऋतुमा तेलीय बीजहरू पाक्छन्, डाँठ काण्ड गाँठादार, बास्नादार हुन्छ ।

यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पिरो-टर्रो परपराउँछ। यो भएको स्थानमा मुसा/छुचुन्द्रो/सर्प/बिच्छी/लामखुट्टे/माउसुली आउँदैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तसङ्ग्राहक, मूत्रल, अनुलोमक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पुष्टिकर, बलकारक, विषघ्न, कण्ठशुद्धिकर, पिनासहर, अर्शोघ्न, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तप्रकोप, अम्लपित्त, पत्थरी, आमवात, अङ्गशोथ, ग्यास्ट्रिक, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, हैजा, अत्यधिक महिनावारी, पेटदर्द, विषप्रभाव, मधुमेह, प्रमेह, दाँत-गिजारोग, दम, खोकी, पिनास, टन्सिल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-७ थोपा, चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### १७७४. गजपिप्पली, गजपीपल, कपिवल्ली, करिपिपुल, Scindapsus Plant, *Scindapsus officinalis* (Family : Araceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण तथा उष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्म पाइन्छ । यो पुराना वृक्षहरूमा चढ्ने-बढ्ने, पराश्रयी, बाक्लो मुलायम-मांसल-ठूलो पात, डाँठ १-२ अङ्गुल मोटो-गोलो-भित्रीभाग पहेँलो, फल लामो ५-१० अङ्गुल लामो बेलनाकार १-२ अङ्गुल चौडा भएको घोगामा खैरो गाँजासमान तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरामा गानो रहन्छ, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद पीरो-परपराउँछ, केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफघ्न, वातहर, सुगन्धदायककारक, कृमिमारक, स्वेदकारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अग्निवर्द्धक, अति पीरो, उत्तेजक, वेदनानाशक, श्वरसुधारक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अजीर्णशूल, आमातिसार, वातज उदरशूल, गानो, चिसो रुघा, पिनास, कफग्रस्त दम, खोकी, फोक्सो, श्वासनलीशोथ, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, श्वरघटबढ, पेटका कृमि, मधुमेह, मोटोपन, अर्बुद, राजयक्ष्मा, जलोदर, बहिरो हुने-कान नसुन्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** पातसाग २०-५० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/भस्म/चोप/खोटो/स्वरस १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।



### १७७५. गड्डु, गड्डा, Gaddu Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पाँच-सात फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू भएको, पात भालाकार लामो, पहेँलो हरियो फुल्ने, गाना बुढीऔंला जत्रो, सेला सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** यसको स्वाद परपराउने मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, वातहर, पीडाहर, सङ्कोचक, पित्तनाशक, नेत्ररोगहर, हृदयहितकारी, पागलपन-उन्मादमा लाभदायक, रजःवीर्यवर्द्धक, रक्तस्रावनिरोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आउँ-अतिसार, रक्तस्राव, खुनी बबासिर, नेत्ररोग, जोर्नीवाथ, आमवात, जलोदर, फोक्सोशोथ, कम्पन, मुटुको शिथिलता, रुघा-पिनास, खोकी, दम, श्वास घटबढ, रक्तस्राव, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ३० तथा अर्क २० मि.लि., भस्म/खोटो/बीज १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

### १७७६. गनुघाँस, गञ्जनी, गुच्छ, सुगन्धतृण, Citronella Grass, *Cymbopogon citratus* (Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, लामो पात भालाकार वास्नादार, बालामा रातो-खैरो खरसमान फुल्छ, लाम्चो चुच्चो गाढा खैरो रङका तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो श्वासहर, वातनाशक, द्वीपन-पाचक, दर्दहर, मूत्रल, ज्वरघ्न, कफनिस्सारक, शोथघ्न, स्वेदजनक,

मेदहर, विषघ्न, चर्मरोगहर, मेदहर, पित्तनाशक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले श्वासरोग, पित्तरोग, श्वासरोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, ज्वर, आन्त्रविकार, उदरशूल, गानो, अर्श, आमातिसार, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, तनाव, छटपटी, दम, खोकी, पसिना नआउने, विषप्रभाव, पिनास, नाक नखुल्ने, मोटोपन, दुबी, दाद, जनैखटिरा, दादुरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि, काँढापानी/रस १ गिलास, बीज ३-१० ग्राम, खोले/झोल १ माना, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७७७.गन्धकी, गनवे, Bad Smell Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, काण्डबाट चोप निस्कन्छ, पात चेप्टो, पहेँलो-हरियो फुल्ने, तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद गन्हाउँछ र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मेदहर, कृमिमारक, कब्जहर, रोगप्रतिरोधात्मक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, पिसाब नलाग्ने-नहुने, अरुचि, अपच, अर्श, ज्वर, तनाव, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, गाँठा-गिर्खा, अति भोक-प्यास, अनिद्रा, पेट पोल्ने-दुख्ने, दुबी, दाद, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो वा लेदो २-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म १-३ ग्राम २-५ पटक ।

### १७७८.गँगटेघाँस कालो, गँगटोझार, Crabgrass, *Digitaria ciliaris* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मका उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, छिटो बढ्ने-धेरै गाँजिने भुइँ ढाक्ने, १-३ फिट अग्लो, पात भालाकार आधाफिट लामो, फूल सानो बालामा हरियो-सेतो, बालामा काला तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, बलकारक, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, पत्थरी, आन्द्राको घाउ, प्रदर, अर्श, प्रमेह, मुख-जिब्रोका खटिरा, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, प्रदर, प्रमेह, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, जरा टुक्रा २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७७९.गाँडे सिस्नु, घ्योगाँठी, सिस्नुको गाँठो, सुसुनी, Gande Sisnu Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । ढुङ्ग्यान क्षारीय तथा चुनिया माटोमा यो दुर्लभसँग मिल्छ । यसको काण्डमा रहेको गाँठो निकालेर औषधी उपचार गरिन्छ । यो तन्त्रशास्त्रमा तान्त्रिक वा ज्योतिष यविधिअनुसार निमन्त्रणा, शुद्धि, उपयोग गर्ने प्रचलन छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, वेदनानाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, शोथघ्न, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, जोर्नीवाथ, आमवात, दम-खोकी, अर्बुद, अङ्गशोथ, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, ज्वर, अर्श, डन्डीफोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १७८०. गायत्रीधान, Gayatri Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको चामल आडिलो, फारो-तिनोमा गनिन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, पहेँलो-हरियो फूल, बालामा बीज अण्डाकार फलभित्र तेलीय वा पिठोयुक्त चामल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : टुँणो, चामल र नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, विषघ्न, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक, अतिश्रमहर, उदरशुद्धिकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : भिजाएको दही-चामल २०-५० ग्राम, नल र टुँणो/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, टुँणोवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, भात १-२ चोइली २-३ पटक ।

### १७८१. गाईखुर्सानी, पीरो नहुने खुर्सानी, ब्रह्मऋचा, Chilli No Fire Pepper, *Capsicum* sp. (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, रातो फल लाम्चो लम्बेतान ढिँणीभित्र तेलीय चेप्टा बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद नपिरो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्मढुस्स, मोटोपन, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अतिनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण आधा एक ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी एउटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक ।

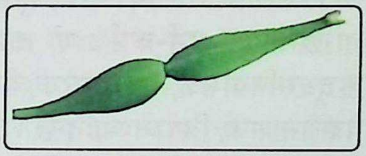
### १७८२. गाजर हृदयपाते, गृञ्जनम्, Heart Leaf Corrot Plant, *Zizia aptera* (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात मुटुआकारको किनारा नरम दाँती चेप्टो, सुनौलो फुल्ने भुप्पामा, पुष्प परिपक्वपछि तेलीय गेडाहरू लाग्छन् र पाक्छन् । जरामा पहेँलो लामो गानो मसिना उपजराहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, मृदुरेचक, अग्निवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, विषघ्न, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, पेटको रोगमा लाभदायक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, तृप्तिकारक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, रगतको कमी, रक्तपित्त, रक्तस्राव, अर्श, कब्ज, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा १-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा गानोस्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, खोले १ कचौरा, साग तरकारी ३०-५० ग्राम, सलाद ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७८३. गाजर सुन्तले लामोपाते, Carrot Orange Color Plant

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा खेती गर्न सकिन्छ । यो पत्रक पुष्पदण्डमा थुङ्गामा फुल्ने, पात लामो, गानो सुन्तले रङको, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयगेडा लाग्छ र पाक्छ, जो तेलीय हुन्छ । यसको स्वाद मीठो, हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, अग्निकारक, पेटरोगमा उपयोगी, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, पित्तवृद्धि, अरुचि, अपच, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, उदर शूल, रगतको कमी, रक्तदोष, रक्तरोग, मासिकअधर्म, अर्श, कब्ज, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-२० ग्राम, खोले एकथाली, सब्जी-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, सलाद १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७८४. गाईआमा दूधेझार, गोमाता दुग्धी, Ngo Dhungmo Nyung (Km, Am), *Cynanchum canescens* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो २३००-३६०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो दूधेझार, हरियोमा पहेँलो फूल, रौँदार, पात विपरीत ठूला, फल लाम्चो चुच्चो कोसाभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो केही तितो र टर्रो अनि स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, बलवर्द्धक, वातव्याधिनाशक, रगतशोधक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, चर्मरोगमा लाभकारी, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, पखाला, कफदोष, रगतको बाक्लोपन, कान दुख्ने, आँखा कमजोरी, सबै रगतकोष, चर्मविकार, शारीरिक कमजोरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, पित्तरोग, कुपोषण, नेत्ररोग, रजःवीर्यविकार, अतिश्रमको पीडा, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले मिर्गौलाको शक्ति क्षण अवस्थामा विशेष लाभ पुऱ्याउँछ । यसको टुक्रा चुस्नाले छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/रस ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १७८५. गाईगेडी रातो, लालखुझ्की (थारु) गाईदाना, रक्तगौबीज, Cow Red Seed, Gaigedi Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल लहरो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, पात लाम्चो, रातो फुल्ने, फल अण्डाकार रातो, पातलो बोक्रा भित्रगुदी र साह्रो तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद टर्रो-जति पाके पनि मुखै समाउने कषाय वा अति टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारी, शक्तिप्रदायक, वीर्यवर्द्धक, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, तृप्तिकारक, रसायन, जीवनीयतत्त्वरक्षक, अस्थिपोषक, निद्राजनक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तरोगहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडरोग, वातरोग, जोर्नीवाथ, शरीर कमजोर, बलवीर्यको कमी, रगतको कमी, बुढचौलीपन, स्मृतिह्रास, अनिद्रा, ग्यास्ट्रिक, पित्तरोग, शरीर सुन्निने, अङ्गदर्द, सन्धिशोथ, आमवात, गाँठा-गिर्खा-गुल्म, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १ बीज, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १७८६. गाईखुरेगानो रातो, महालक्ष्मीकन्द, रक्तगौचरण, लालगाईखुऱ्या, Gaikhure Tonic Plant, *Angiopteris evecta* (Family : Marattiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो बुटी दुर्लभ हुँदै गएको छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लामा दुवैतिर गएका जमिनतिर निहुरिएको गाढा हरियो डाली, पहेँलो-हरियो फूल र फल ३-४ वटा झुसदारभित्र तेलीयबीजहरू, कन्दमा गाईका खुरहरूको थुप्रोझैँ १०-२०

किलोसम्मको वजन हुन्छ। स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव शामक। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, वेदनाशामक, गर्भस्थापक, अस्थिपोषक, बलकारक, शोथघ्न, लौहरसायन, गर्भपोषक, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मिर्गौला अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, हाड-जोर्नी दुखाइ र अङ्ग भाँच्चिने-ठोक्किने वा दर्द, रक्तस्राव, शारीरिक कमजोरी, मधुमेह, मन्दाग्नि, पित्तरोग, कुपोषण, नेत्ररोग, रजःवीर्यविकार, अतिश्रमको पीडा, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। काँचो हरियो पात खाँदा आँखाको दिव्यज्योति बढ्छ। **मात्रा :** १/१ चम्चा लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १ माना काँढापानी, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., गानो टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक।

**१७८७.गाईतिहारे सेतो-पहेलो, श्वेत-पीतरास्ना, White–Yellow Cow Festival Flower, *Duhaldea cappa*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुका १५०-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो २-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो गाई जिब्रोसमान सेतो-पहैंलो भुवाले ढाकेको असोज कार्तिकमा फुल्छ, पुष्प परिपक्वपछि अति मसिना तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, वातपुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, वेदनानाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० र स्वरस १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१७८८. गाईतिहारे केही रातो, रक्तरास्ना, लालदही, ग्वाना, Dipawali Cow Flower, *Inula* sp.** (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो ८००-२८०० मिटरका समशीतोष्ण क्षेत्रका सुक्खा रातो माटोमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, भुसे, पात सेतो भुवादार लाम्चो, रातो फुल्ने, बास्नादार फूल, महिन तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, पत्थरीहर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, वेदनाशामक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, गुल्महर, कफनिस्सारक, सङ्कोचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कटिवात, दम-खोकी, सुन्निने-फुल्ने, स्नायुतन्तु-मांसपेशीय, नसा च्यापिने, हड्डीवाथ, जोर्नी खिइने, करङ सड्किने पित्तवृद्धि, गानो, उदरशूल-गुल्म, गाँठा-गिर्खा, गृध्रसी, पक्षाघात, अङ्गशोथ, पाठेघरको शोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/धूलो १ चम्चा, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

**१७८९.गाईखुरे मोटो गानो माता लक्ष्मीकन्द, गोरहर, श्वेतगौचरण, गाईखुऱ्या, Gaikhure White Tonic Plant, *Angiopteris* sp.** (Family : Marattiaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पहाडका गर्मी बेँसी तथा चिस्यान वनमा धेरै मिल्छ। ३-५ फिट अग्लो, पात लामा दुवैतिर गएका जमिनतिर निहुरिएको गाढा हरियो डाली, पहैंलो फूल र फल ३-४ वटा भुसदार, तेलीय बीजहरू, कन्दमा गाईखुरहरूको थुप्रोभैँ मोटा गानो १०-३० किलो वजनसम्मका हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मज्जावर्द्धक, पुष्टिकर, शक्तिवर्द्धक,

कमजोर र सुकेको मिर्गौला हितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, पीडानाशक, त्रिदोषशामक, मूत्रल, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मिर्गौला सुक्ने, पिसाबको समस्या, दर्द, सुन्निने, मिर्गौलाज्वर, वीर्यदोष, पाठेघरको कमजोरी, आन्त्रवृद्धि, मासिकअधर्म, प्रदर, गर्भाशय, कुपोषण, मूत्रकृच्छ्र, दुब्लो, शारीरिक कमजोरी, गर्भदोष, पक्षाघात, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटागानो टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

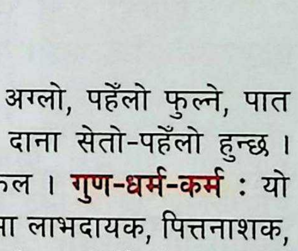
### १७९०. गाईतिहारे, सुनौलो रास्ना, गठिहारे, Golden Rassna Plant, *Duhaldea cappa* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो २५०० मिटरसम्मका भिरपाखामा प्रशस्त पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात उल्टोतिर सेतो-सेता भुसले भरिएको पात, बाक्ला र ३-५ अङ्गुल लामा, भुप्पामा सुनौलो फुल्ने, मिहिन तेलीय धूलो, असोज-कार्तिकमा पहेँलपुर, जरा गाई घुँडोसमान कालोभित्र सेतो लाम्चा हुन्छन् । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, पात, फूल । यो मर्चा पार्ने औषधिमा राखिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वेदनाशामक-पीडानाशक, वातव्याधिहर, सङ्कोचक, शोथनाशक, मूत्रल, विजातीयद्रव्य निष्कासक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, पीडाहर, वातपुष्टिकर, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, मांसपेशीय नसागतवात, मूत्राम्लदोष वृद्धि, अङ्ग दुख्ने, सुन्निने, आमवात, चिसिने रोग, ढाड-कम्मर दर्द, स्नायुतन्तुहरूको कडापन, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, सन्धिशोथ, गृध्रसी, पत्थरी, पित्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, भस्म १-२ ग्राम, क्षार आधा ग्राम, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १७९१. गाईगोडे, गाईघुँडे झार, ओदानेकाँडो, Triangle Needle Fruit Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पहेँलो फुल्ने, पात कण्टकारीझैँ, गाईको घुँणोसमान दाह्रो अथवा ओदानझैँ तीनचोसे काँडा फलभित्र दाना सेतो-पहेँलो हुन्छ । स्वाद फल चिप्लो-मीठो, स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीनाशक, वेदनाशामक, मूत्रल, पुष्टिकर, मृदुविरेचक, वातव्याधिनाशक, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, उदरशुद्धिकर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मुटुरोग, जोर्नीदर्द, स्नायुगत कमजोरी, कब्जियत, अर्श, पेट पोल्ने, सन्धिशोथ, आमवात, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, मूत्ररोग, शारीरिक कमजोरी, दुब्लो, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पुष्टिकरका रूपमा खाने प्रचलन छ । **मात्रा :** १ चम्चा धूलो वा ताजा लेदो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १७९२. गाइङडोल कान्छीऔँले, गहुदल, Lady Finger Potato, Nepali Satyrium Plant, *Satyrium nepalense* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी :** यो १८००-३२०० मिटरसम्मका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो भिरालो चिम्ट्याइलो रातो माटोमा धेरै पैदा हुन्छ । १-२ फिट अग्लो, सेतो-रातो वा प्याजी, वा रातो फुल्ने, पात लामो, बालामा साउन-भदौमा फुल्छ । यसको जरा लाम्चो सेतो हुन्छ । स्वाद मीठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो हृदयहितकारी, मलमूत्र शुद्धिकर, वेदनाशामक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, पुष्टिकर, रज-वीर्यजनक, पुनर्यौवनदायक, बुद्धिवर्द्धक, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भस्थापक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कब्ज, अर्श, दर्द, सुन्निएको,

अम्लपित्त, कमलपित्त, बुढचौली रोग, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात्, सर्वाङ्गवात, अस्थिरोग, बालबालिकाको शारीरिक विकास नहुनु, बुद्धि घट्नु, कुपोषण, मासिकअधर्म, बाँझोपन, पित्तवृद्धि, दुब्लाउनु, आन्द्रा सुकेनाश, हृदय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/धूलो, १ माना काँढापानी, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा काँढापानी ३०० मि.लि., वटी २-३ वटा, टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### १७९३. गाड्डोल लाम्चो मोटो, Potato Lady Finger Long Plant, *Satyrium* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो १८००-३२०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, हरियो फुल्ने, लाम्चो पात चुच्चे, ५-७ अङ्गुल लामो सेतो धेरै जरा हुन्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तहर, अस्थिरक्षक, रजःवीर्यवर्द्धक, मूत्रल, पीडाहर, हाडको रोगमा र दुब्लोमा लाभदायक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक, सन्तानदायक मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : जरा-गानो । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दर्द, हाड खिइने, दुब्लोपन, शरीर कमजोर, मुटु र मिर्गौला सुक्ने, कुपोषण, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जरा पिसेर लगाउँदा सुन्निएको र दुखेको ठीक पार्छ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७९४.गाड्डोल ठूलो, शक्तिकन्द, Source Force Root Plant, *Satyrium* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो १८००-३२०० मिटरमा पाइन्छ । यो पाँचऔंलेझैं ठूलो वनस्पति हो । यो वा त्यो छुट्याउन कठीन पर्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, हरियो-पहेँलो फुल्ने, चुच्चे भालाकार वा आयाताकार लाम्चो पात, ५-१० अङ्गुल लामा सेता जरा हुन्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तहर, अस्थिरक्षक, रजःवीर्यवर्द्धक, मूत्रल, पीडाहर, हाडको रोग र दुब्लाउने लाभदायक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक, सन्तानदायक मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : जरा-गानो । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दर्द, हाड खिइने, दुब्लोपन, शरीर कमजोर, मुटु र मिर्गौला सुक्ने, कुपोषण, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको जरा पिसेर लगाउँदा सुन्निएको र दुखेको ठीक पार्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७९५. गाड्डोल गोलाकार जरा, बालिकाकन्द, Gagdol Potato Plant, *Satyrium* sp. (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, हरियो फुल्ने, आयाताकार लाम्चो पात, गोलाकार सेता धेरै जरा हुन्छन्। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वातपित्तहर, सन्धानक रजःवीर्यवर्द्धक, मूत्रल, पीडाहर, लाभदायक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, निद्राजनक, सन्तानदायक मानिन्छ। **प्रयोग हुने भाग** : जरा-गानो ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, हाड-ढाड दर्द, हाड खिइने, दुब्लोपन, शरीर कमजोर, मुटु र मिर्गौला सुक्ने, कुपोषण, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, अतिश्रमको पीडा, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ यसको जरा पिसेर लगाउँदा सुन्निएको र दुखेको ठीक पार्छ । **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/चूर्ण, काँढापानी १ गिलास, टी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १७९६. गाजर सुनौलो, पीतगर्जर, पहेँलो गाजर, Gold Carrot Plant, *Adenium obesum* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सबै ठाउँमा खेती गर्न सकिन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, त्रिशूलाकार पात छिया परेको संयुक्त लाम्चा, पुष्पदण्डमा थुङ्गामा रातो-पहेँलो फुल्ने, बालामा तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद मीठो र केही टर्रो अनि स्वभाव शीतल शामक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगहर, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कुपोषण, पिसाबको रोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, प्रदर, दुब्लाउने, रक्तक्षय, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, खोले १ कचौरा, तरकारी-साग/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, जरा आधा एउटा ३-५ पटक ।

### १७९७. गाँजा, निन्द्राप्रिया, गजी, पीडाहर, Somarsa Rgyu (Am), Charas Plant, Hemp, *Cannabis sativa* (Family : Cannabaceae)

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीका समस्त माटोमा पाइन्छ। गाँजा ५-१० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा धेरै, त्रिशूलाकारपात लाम्चो-साना चुच्चो, हरियो फूल, बालामा तेलीय गेडाहरू लाग्ने, बोट छिप्पिएपछि चोपिलो हुने, वयस्कपछि चोप निक्लन्छ । **प्रयोगाङ्ग** : समस्तभाग। **गुण-धर्म-कर्म** : गाँजा कफनाशक, अग्नि-उद्दीपक, रुचिवर्द्धक, निन्द्राजनक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, उत्तेजक, मदकारक, अर्बुदहर, अतिश्रमको पीडाहर, वीर्यस्तम्भक, वाजीकर, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, श्वासरोगहर, तनावहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, मस्तिष्क चिसो, अङ्ग दर्द, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, धनुर्वात, सन्धिशोथ, अनिद्रा, तनाव, मानसरोग, रुघा-खोकी, फोक्सोशोथ, अस्थिरताको चन्चलेमन, ठोक्किएको, लडेको, दुबी, कुष्ठ, दाद, चिलाउने, रक्तरोग, शरीरको गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, गानो, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। रेसा-पाट निकाली वस्त्र-कपडा बनाएर लगाउँदा कहिल्यै च्यातिँदैन (Hem is more Strong than Steel)। छालालाई तताउँछ, विद्युतीय ऊर्जा दिन्छ। चरेस (Hashish) अति दुखेर सहनै नसकेमा न्यूनमात्रामा सेवन गरी फाइदा उठाउनुपर्छ। **चरेस निर्माण विधि** : गाँजा फूल फुलिसकेपछि फलामको डण्डीले काण्डको फेदमा किला ठोक्नुपर्छ। जब पातैसमेत डल्लो पर्छ, तब हल्लाउने/चलाउने गर्दै शुद्ध सेतो वस्त्रले लट्पट्याउने र तातोपानीमा कपडा राखेपछि भाँडामा सङ्कलन गर्दै जाने। पानी तरकाएर फाल्ने। त्यो चोपलाई घाममा सुकाउने, यसरी चरेस तयार हुन्छ। अथवा गाँजाको पात छिप्पिपछि चोपिलो हुने हुँदा दुवै हातले मिचेर हत्केलाबाट कोरेर निकाल्नुपर्छ। **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पत्रस्वरससुई ३-१० मि.लि., ग्राम, रस/लेदो चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, चरेश १-३ रत्ती १-२ पटक ।

### १७९८. गाजर रातो, लालगाजर, गर्जर, Red Carrot Plant, *Daucus carota* (Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो रातो गाजर मुठीभरको मोटो, सेतो फुल्ने, रातो तेलीयगेडाहरू, जरा १ फिट लामा हुन्छन्। शीतल स्वभाव र स्वाद मीठो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पोषक, रक्तविकारनाशक, चर्मरोगमा लाभदायक, पेट शुद्धिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगमा उपयोगी, रक्तस्रावनियन्त्रक, पित्तनाशक, रक्तपित्तशामक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बृक्कपुष्टिकर,

ज्वरघ्न, तृप्तिकारक, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, हैजा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, अर्श, कब्ज, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, पेट पोल्ने, रज:वीर्यविकार, हैजा, शारीरिक कमजोरी, पाचनशक्ति कमजोर, अरुचि, अपच, दुब्लो-पातलो, पैतला झमझमाउने, छालाका रोग रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क २० तथा तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., काँचै १-२ वटा, खीर ३०-१०० ग्राम, सलाद ५-१० टुक्रा ३-५ पटक ।

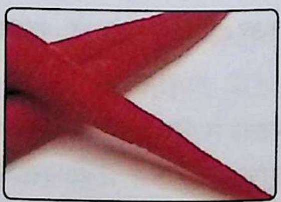
### १७९९. गाँजिने पाँचऔंले, चौडेपत्ते पाँचऔंले, पञ्चदान, Broad-leaved Orchid lant, *Dactylorhiza majalis* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५० से.मि. अग्लो, गाँजिन्छ, फैलिने, लाम्चो भालाकार पात, निलो वा बैजनी फुल्ने, जरामा पञ्जासमान पाँचऔंला हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र चिफ्लो, स्वभाव शीतल-शामक (शीतवीर्य) हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा (गानो), फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, गर्भस्थापक, रज-शुक्रजनक, रजवीर्यस्तम्भक, बुद्धिवर्धक, पुनर्यौवनदाता, जीवनीयत्त्वरक्षक, बलकारक, सप्तधातु उत्पादक, दर्दहर, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रक्तवर्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, जोर्नी दुख्ने, वीर्यदोष, बाँझोपन, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, लिङ्गशिथिल-नपुङ्सकता, चोट/ठोक्किएको, सुन्निएको, पेट पोल्ने, मस्तिष्कका स्नायुशिथिल-मानसिकरोग, बुढचौलीरोग, आन्द्राका घाउ, मृगौला र मुटु सुक्नेरोग, कुपोषण, मासिकअधर्म, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । यसको मिहिनलेप घाउचोट र दर्दमा लगाउँदा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८००. गाँठे, गाँठदारबुटो, Ornamental or Ant House Plant, *Myrmecodia beccarii* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, सजाउने बुटो, यो १०-३० फिट अग्लो, खैरो बोक्रा, चम्चाकार लामो वा चेप्टा पात, कञ्चन सेतो पुष्प, काण्डमा गाँठा परेका, काण्डमा धेरै गाँठा बन्ने हुनाले गाँठे भनिन्छ । यसको स्वाद टर्रो र केही तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, वातहर, मेदहर, उदररोगहर, त्रिदोषशामक, अग्निद्वीपक, पित्तनिस्सारक, रक्तदोषहर, शोथनाशक, व्रणसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दर्द, सुन्निएको, मानसिकरोग, रजवीर्यदोष, तनाव, कामला, पित्तवृद्धि इत्यादि सञ्चो गराउँछ । यसले समस्त प्रकारका छालाका रोगमा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/ धूलो २-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक । लेप ३-५ पटक लगाए दिनभरमा सञ्चो पार्छ ।

### १८०१. गाजर रगते, लालगाजर, गर्जर, Blood Carrot Plant



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो रातो गाजर मुठीभरको मोटो, सेतो फुल्ने रातो तेलीयगेडाहरू, जरा १ फिट लामा रगत रङको हुन्छन् । शीतल स्वभाव र स्वाद मीठो हल्का टर्रो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । **गाजर हलुवा बनाउने विधि** : घरमा आफैंले बनाएर खाँदा ताजा र मीठो-मसिनु हुन्छ । **आवश्यक सामग्री** : गाजर चूर्ण डेढ किलो, दूध डेढ लिटर, सक्खर ३०० ग्राम, बदाम महिन ८० ग्राम, खुवा ६० ग्राम, घिउ वा नौनी ५० ग्राम, दालचिनी वा सुकमेल अथवा अलैंची ४५ ग्राम

एकै भाँडोमा एकैचोटि सबै चीज हाली पकाउने र आधा दूध घटेपछि वा बाक्लो खाने भए चौथाइ भाग घटाएर निकाल्ने तब गाजरहलुवा खानका लागि तयार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अति पोषक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, अतिश्रमहर, कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक भनिन्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, खीर ३०-१०० ग्राम, सलाद ५-१० टुक्रा ३-५ पटक।

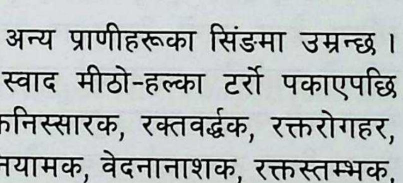
**१८०२. गाँजा पार्वती, पार्वतीसन, गजी, झपक्कै आँखा वनस्पति, Parbati Hem Plant, *Hyoscyamus muticus*** (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो कण्टकारी कुलको बिरुवा २-४ फिट अग्लो, त्रिशूल आकारका पात १-५ अङ्गुल नरम दन्तुर-अति मुलायम मखमलसमान, पुष्प पहेँलो/सेतो, पुष्प छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन्। यसको बीज तेलीय बिरुवा चोपिलो र रौँदार रहन्छ। यसको विषक्रिया खतरा हुन्छ। फकीरहरूले धूमपान गर्छन् र झपक्कै सुत्छन्। यसले आँखाको पुतली ठूलो बनाउँछ र मूर्च्छित पार्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद टर्रो-तीतो-बास्नादार-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो शोथघ्न, वेदनानाशक, अर्बुदहर, सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मदकारक, शोथघ्न, निद्राजनक, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, तन्द्रा-अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा, लडेको-ठोकिएको चोटपटक, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी/रस एक कचौरी, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, धूम्रपान/धुवाँ पार्ने-लगाउने २-३ पटक।

**१८०३. गाई-भैंसीसिंङच्याउ, Horn Mushroom, Horn Fungus Plant**

**चिनारी :** यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो गाई-भैंसीलगायत अन्य प्राणीहरूका सिंङमा उम्रन्छ। यो विभिन्न वर्णको हुन्छ। प्रयोग हुने सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो र मीठो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, हृदयाघात, रक्तविकार, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, धातुस्राव, रजःवीर्यदोष, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी १०-२० ग्राम ३-५ पटक।

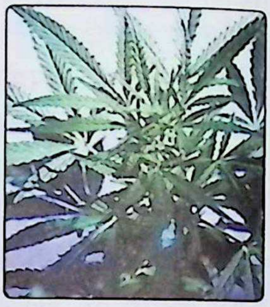
**१८०४. गाली, गल्लो, अण्डो, Kopsia, Yellowwood Plant, *Ochrosia elliptica*** (Family : Apocynaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १५-३० फिट अग्लो, पात आयाताकार, बासनादार फूल सेतो, रगते रातो अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो र टर्रो बास्नादार-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर,

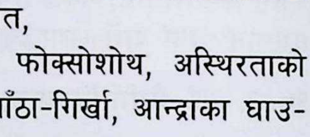
कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, रगतविकार, मुखपाक, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, अङ्गशोथ, अर्बुद, दर्द, सुन्निने, सङ्क्रमणकारी रोग, चर्मरोग, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, यौनरोग, जलोदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१८०५. गाँजा सेतो, गजमोती सफेदगाँजा, गजी, श्वेतनिद्राप्रिया, Somarsa Rgyu (Am), White Charas Plant, White Hemp Plant, *Cannabis* sp.** (Family : Cannabaceae)



**चिनारी** : यो हर हावापानीका समस्त माटोमा पाइन्छ । यो सेतो गाँजा ४-१० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा धेरै, पात लाम्चो-साना चुच्चो, हरियो फूल, बालामा सेता तेलीय गेडा हुन्छन्, बोट छिप्पिएपछि चोपिलो हुने, वयस्कपछि चोप निक्लन्छ । **उपयोगमा आउन अङ्ग** : समस्तभाग । **गुण-धर्म-कर्म** : गाँजा कफनाशक, अग्नि-उद्दीपक, रुचिवर्द्धक, निन्द्राजनक, शोथघ्न, वातव्याधिहर, वेदनाशामक, उत्तेजक, मदकारक, अर्बुदहर, अतिश्रमको पीडाहर, वीर्यस्तम्भक, वाजीकर, गाँठा-गिर्खा-गुल्महर, श्वासरोगहर, तनावहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त प्रकारका अर्बुद, गर्भपात, मस्तिष्क चिसो, अङ्ग दर्द, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, धनुर्वात, सन्धिशोथ, अनिद्रा, तनाव, मनसरोग, रुघा-खोकी, फोक्सोशोथ, अस्थिरताको चन्चलेमन, ठोक्किएको, लडेको, दुबी, कुष्ठ, दाद, चिलाउने, रक्तरोग, शरीरको गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, गानो, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । रेसा-पाट निकाली वस्त्र-कपडा बनाएर लगाउँदा कहिल्यै च्यातिँदैन, छालालाई तताउँछ, विद्युतीय ऊर्जा दिन्छ । चरेस अति दुखेर सहनै नसकेमा न्यूनमात्रामा सेवन गरी फाइदा उठाउनुपर्छ । **चरेस निर्माण विधि** : गाँजा फूल फुलिसकेपछि फलामको डन्डीले काण्डको फेदमा किला ठोक्नुपर्छ । जब पातैसमेत डल्लो पर्छ; तब हल्लाउने/चलाउने गर्दै शुद्ध सेतो वस्त्रले लट्पट्याउने र तातोपानीमा कपडा राखेपछि भाँडोमा सङ्कलन गर्दै जाने । पानी तरकाएर फाल्ने । त्यो चोपलाई घाममा सुकाउने, यसरी चरेस तयार हुन्छ अथवा गाँजाको छिप्पिने बेला टिपेर पकाई खोले पार्ने पहेँलो पात हुँदा दुवै हातले मिचेर निकाल्नुपर्छ । **मात्रा** : काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा पत्रस्वरससुई ३-१० मि.लि., ग्राम, रस/लेदो चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, चरेश १-३ रत्ती ३-५ पटक ।

**१८०६. गाई कुत्कुते लहरो, सनाईपुष्प लता, Cow Itch Plant, Trumpet Vine, *Campsis radicans*** (Family : Bignoniaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १५-५० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो, चुच्चो, सनईसमान लामो नल्कीको फूल रगते रातो, लामो कोशा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । फूलको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो अन्यभाग तितो र टर्रो बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि,

गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, रगतविकार, मुखपाक, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, अङ्गशोथ, अर्बुद, दर्द, सुन्निने, सङ्क्रमणकारीरोग, चर्मरोग, रक्तविकार, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८०७. गाँजा काँडे कालो, निद्राकारी, गजी, कण्टकशिवरस, Throns Black Hemp Plant, *Hyoscyamus muticus*

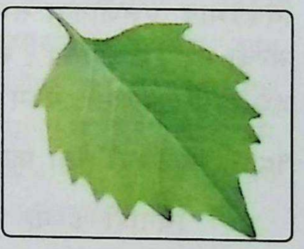
(Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो बिरुवा २-५ फिट अग्लो, कालो हल्का काँडादार, संयुक्त पात १-५ अङ्गुल नरम त्रिशूल आकारका, पुष्प पहेँलो-हरियो, पुष्प छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन् । यसको बिरुवा चोपिलो र रौँदार रहन्छ । यसको विषक्रिया खतरा हुन्छ । फकीरहरूले धूमपान गर्छन् र झपक्कै सुत्छन् । यसले आँखाको पुतली ठूलो बनाउँछ र मूर्च्छित पार्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद टर्रो-तितो-बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मदकारक, शोथघ्न, निद्राजनक, वेदनानाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले तन्द्रा-अनिद्रा, अति श्रमको पीडा, लडेको-ठोकिएको चोटपटक, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी/रस एक कचौरी, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, धूमपान/धुवाँ पार्ने-लगाउने २-३ पटक ।

### १८०८. गाई कुत्कुते लहरो, सुनौलो सनाईपुष्पलता, Cow Itch Plant, Golden Trumpet Vine, *Campsis radicans*

(Family : Bignoniaceae)



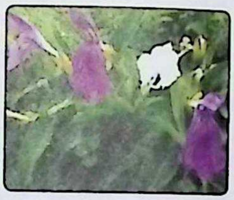
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १५-५० फिट लामो लहरो, दन्तुर पात चेप्टो चुच्चो, सनाईसमान लामो नल्कीको फूल सुनौलो, लामो कोशा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । फूलको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो अन्यभाग तितो र टर्रो बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, मुखपाक, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मृगी, तनाव, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, हैजा, मानसिकरोग, अङ्गशोथ, अर्बुद, दर्द, सुन्निने, सङ्क्रमणकारीरोग, चर्मरोग, रक्तविकार, सुजाक, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८०९. गाँजा वनेलु, वनगाँजा, वनशिवरस, Wild Hemp Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका वनमा पाइन्छ। यो बिरुवा ३-१० फिट अग्लो, गाढा हरियो संयुक्त पात १-५ लाम्चो अङ्गुल नरम त्रिशूल आकारका, पुष्प पहेँलो-हरियो, पुष्प छिप्पिएपछि बीजहरू लाग्छन्। यसको बिरुवा चोपिलो र रौँदार रहन्छ। यसको विषक्रिया खतरा हुन्छ। यसले आँखाको पुतली ठूलो बनाउँछ र मूर्च्छत पार्छ। औषधी बनाएर खान नजानेर धुँवा उडाउँछन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद टर्रो-तितो-बास्नादार-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मदकारक, शोथघ्न, निद्राजनक, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, चर्मरोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, चर्मरोग, तन्द्रा-अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा, लडेको-ठोकिएको चोटपटक, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी, मनमस्तकमा तनाव छालाका रोग, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी/रस एक कचौरी, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, धूमपान/धुवाँ पार्ने-लगाउने २-३ पटक।

### १८१०. गान्टेसरो निलो फुल्ने, निलगान्टे, नकाकुककुक, Gantesaro Blue Flower Plant



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार, असार साउनमा बास्नादार निलो फुल्छ, बालामा तेलीय बीजहरू, जरा पहेँलो धेरै झुत्तोमा औँलासमान हुन्छन्। यो नयाँमा खिहिन्याउँछ केही परपराउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। स्वभाव उष्ण ताजा उत्तेजक र पुरानो मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, चर्मसुधारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका विमिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, एलर्जीकल समस्या, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलग्रन्थी रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ३० क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फूल १ वटा, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा ३-५ पटक।

### १८११. गान्टेसरो सेतो फुल्ने, सेतीगान्टे, नकाकुक, Gantesaro White Flower Plant

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लामो भालाकार, असार साउनमा बास्नादार सेतो फुल्छ, बालामा तेलीय बीजहरू, जरा सेता धेरै झुत्तोमा औँलासमान हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। स्वभाव उष्ण हुन्छ। स्वाद नयाँ ताजामा खिहिन्याउँछ केही परपराउँछ। ताजा उत्तेजक र पुरानो मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, चर्मसुधारक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव-एलर्जीकल

समस्या, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ कचौरा, अर्क ३० क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १ वटा, वटी २-३ वटा, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### १८१२. गारबीन लता, तिलपापडी, चियान, Entada Vine Plant, *Entada scandens* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २५-३० डिग्रीसेन्टीग्रेटमा राम्रो फल्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-५ फिट लामो लहरा, बोक्रा पहेँलो र रातो, रोमशलता, पात ४-५ अंगुल लामो र डेढ अगुल चौडा फूल सेतो पहेँलो झुप्पामा फुल्ने, फल एक अंगुल लामो भित्रचेप्टो तेलीय बीज चिप्लो च्यालयुक्त हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, मूत्रल, वातहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, सङ्ग्राहक, वातपुष्टिकर, अस्थिसन्धानक वेदनानाशक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अग्निमन्द, गाँठा-गिर्खा, अर्श, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडरोग, कुपोषण, घाउ-खटिरा, गानोगोला, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, शारीरिक दुर्बलता, आउँ-पखाला, प्रदर, प्रमेह, कटिवात, गृध्रसी, क्षय, जलोदर, गर्भाशय/फोक्सोशोथ, मस्तकघात, मधुमेह, चर्मरोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८१३. गान्टेफूल, द्रोणपुष्पी झुसे, छोटाहल्कुशा, गोफा, Leucas Small Gante Plant, *Leucas indica* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको १२०० मिटर सम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, झुसे, पात लामो साँगुरो भालाकार, रोमश, फूल सेतो, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, तिक्तपुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, रक्तरोगहर, मेदहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्त र कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, मेदरोग, उदरशूल, रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, ज्वर दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८१४. गाईतिहारे सेतो, श्वेतरास्ना, Dipawoli Flower, Cow Festival White Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो गाईको जिब्रोसमान सेतो भुवाले ढाकेको असोज कार्तिकमा फुल्छ, पुष्प परिपक्वपछि अति मसिना तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, अस्थिहितकारी, वेदनानाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग,

नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० र स्वरस १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८१५. गाईतिहारे कालो, काला रास्ना, Dipawoli Flower Black Root, Cow Festival Black Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो गाई जिब्रोसमान सेतो भुवाले ढाकेको असोज कार्तिकमा फुल्छ, पुष्प परिपक्वपछि अति मसिना तेलीय बीज लाग्छन् जरा काला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, अस्थिहितकारी, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ, आउँ, गानोगोला, पौरुषग्रन्थिवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, स्वरस १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८१६. गाँजा पाट वा धागो, महङ्गो गाँजाको कपडा, Expensive Cloth From Hemp for Good Health

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । पाट निक्लने जात-उपजातका गाँजा-भाङरूबाट छिप्पिए पछि पाट निकाली महङ्गो र स्वास्थ्योपयोगी धागो बनाई वस्त्र बनाउन सकिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा । यसको स्वभाव उष्ण बनाउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, मदकारक, शोथघ्न, निद्राजनक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्शोथ तन्द्रा-अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा, लडेको-ठोकिएको चोटपटक, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, कफग्रस्त दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो ज्यान जाला परन्तु कपडा च्यातिन्न । यसलाई अस्पताल वा क्लिनिकहरूले शल्यक्रियामा धेरै प्रयोग गर्छन् ।

### १८१७. गाईखुरे गानो कालो, कृष्णागौचरण, कालीलक्ष्मीकन्द, Gaikhure Black Cow Foot Plant, *Angiopteris evecta* (Family : Marattiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात सयुक्त डालीमा दुवैतिर गएका गाढा हरियो, गाईकाखुरजस्ता गानाहरू जोडिएर १०-२० किलोका बन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गाना । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका विमिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी,

कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

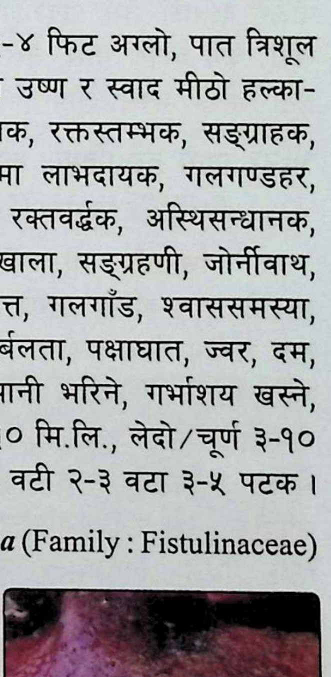
### १८१८. गाईबेतलता, बेतबास, ब्याट, बेट, ग्वारी, Cow Bet Creeper Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-१०० फिट विशाल लता, पात धारीदार जिब्रोसमान कडा, मसिनु डाँठ रबरझैँ दुनिने, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, रुघा, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, मधुमेह, प्रदर, प्रसूति व्यथा, अर्श, आन्द्राको निष्क्रियता, पिनास, टन्सिल, छाती चर्किने, आउँ, पखाला, रक्तविकार, गर्भाशयशोथ, हैजा, योनिरोग, मूत्रकृच्छ, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको घरायासी सामानहरू बन्छन् । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८१९. गाईखुरेउन्यू, गौचरणपङ्ख, बाच्छीको खुरउन्यू, Cow Foot Fern Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २-४ फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकार, जरा बाच्छीका खुरजस्ता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मधुमेह, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मिर्गौलारोग, मानसिकरोग, पेटमा पानी भरिने, गर्भाशय खस्ने, अपस्मार, रक्तस्राव, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८२०. गाईगन्धेच्याउ, गौमांसच्याउ, Beefsteak Mushroom, *Fistulina hepatica* (Family : Fistulinaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो पुराना वृक्षमा मिल्छ । यो १०-२० से.मि. अग्लो, बाहिर रातो-खैरो-रत्छाया परेको र भित्र कलेजी वर्णको डल्लो गाईमासुसमान हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी,

ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाड-मेरुदण्डरोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, रजःवीर्यदोष, अर्बुदरोग, हृदयाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**१८२१. गायो एकदाने, असणा, झ्याझ्ुवा, काभ्री, एकदानिया, Longleaf Spoinous Kino Tree, *Bridelia retusa*** (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल प्याजी रङको, कालो गोला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मेदहर, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक, कर्णरोगहर, शोथघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग, उदरकृमि, कान पाक्ने, मोटोपन, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**१८२२. गायो दुईदानिया, काजी, असणा, खुँभ्रा, काभ्री, दुईदानिया, Long Leaf Spoinous Kino Tree, *Bridelia retusa*** (Family : Phyllanthaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो रङको, फल कालो, हरियो, रातो बहुरङ्गी गोलो फलभित्र दुई वटा तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मेदहर, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक, कर्णरोगहर, शोथघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग, उदरकृमि, कान पाक्ने, मोटोपन, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

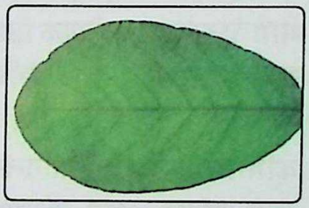
**१८२३. गायो लता, काजी, खुँभ्रीलती, काभ्री, Gayo Creeper Plant**

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट लामो, पात लाम्चो, फूल प्याजी रङको,

फल हरियो-कालो-रातो बहुरङ्गी गोला फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यो माघतिर पाक्छ फल बकाइनोसमान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, मेदहर, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक, कर्णरोगहर, शोथघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग, उदरकृमि, कान पाक्ने, मोटोपन, जोर्नीवाथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल २० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८२४.गायो कण्टकदार, खुभ्रा, काँणे गायो, गायकाँटा, Yellow Spinous kino Tree, *Bridelia verrucosa*

(Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, काण्डमा तीखा काँडा, पात चेप्टो, फूल पहेँलो-हरियो रङको, फल पाकेपछि रातो गोलो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, मेदहर, सङ्ग्राहक, दन्तरक्षक, कर्णरोगहर, शोथघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव, पेट पोल्ने, दाँतका रोग, उदरकृमि, मोटोपन, जोर्नीवाथ, आमवात, दाँत-कान दुख्ने/पाक्ने, सुन्निएको, छालाको रोग, ठोक्किएको-मर्किएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको सर्वाङ्गलाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस-लेपन गर्दा सन्चो बनाउँछ । पालुवामा यसको घाँसले पशूलाई असर गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८२५. गाभोसेतो, सुनाखरी सेतो, पुनर्यौवनरस, Gavo White Orchid Plant

**चिनारी** : यो संसारका सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो जहाँ रोप्यो सर्छ छिटो गाँजिन्छ । यो पुरानो रूख वा चट्टानमा उम्रन्छ र बढ्छ । यो पुष्पदण्ड १-२ फिट अग्लो, फेदबाट निक्लेका पात १५-५० से.मि. लाम्चो मुलायम-रोमश, फूल सेतो फुल्ने सुनौलो केशर, अण्डाकार सानो फलभित्र तेलीय बीज कणिका हुन्छन् । यो चैत्र-जेठमा धेरै मिल्छ । यो हरियो र छिप्पिएपछि पहेँला फलभित्र लस्सादार-स्नेहन चिप्लोपदार्थ हुन्छ । गुजुमुच्च परेर थुप्रिएको धेरै केराभैँ साना कोसाहरू रहन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म,

प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, उदरशूल, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोर, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, अर्श, हाड खिइने, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८२६. गाजरे पाती, गाजर पातेविष, गाजरे सेतेपाती, चटकी चााद, Carrot Bitter Poison Grass, *Parthenium hysterophorus* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, छिन्नभिन्न पात लामा त्रिशूल आकारे, सेतो फुल्ने, फूलमा मसिना बीज हुन्छन् । यो सदा फुल्ने, उम्रने र मर्ने भइरहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उत्तेजक उष्ण र स्वाद तितो-पीरो हल्का कोक्याउने र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, रक्तशोधक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, कलेजोरोग, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-अतिसार, पेटको रोग, अर्श, दुबी, कुष्ठ, दाद, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, सर्पदंश, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, कटिवात, जोर्नीवाथ, कान पाक्ने, दम, खोकी, भैँसेदाद, हात्तीपाइले, दुबी, छाला पाक्ने, चिलाउने इत्यादि सन्चो गराउँछ । घ्यू/तेलमा यसको पञ्चाङ्ग डढाएर मालिस तेल बनाई वातव्याधिमा लगाउँदा सन्चो गर्छ । पातरसले कीरालाई मार्छ, सङ्क्रमित सूक्ष्मजीवाणुहरूलाई फैलिन दिन्न । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८२७. गाउजो, गाइजो, Gaujo Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटकोसमस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई दुधालु पशुहरूले खाँदा मोटाउँछन्, दूध बढ्छ र बढी घ्यू लाग्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

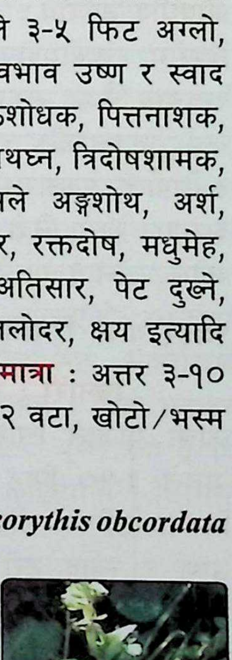
### १८२८. गामडोल पहेँलो, सुनौलो गामडोल, स्वर्णकन्द, **Hygenic God Potato Plant, *Brachycorythis obcordata***
(Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। सुक्खास्थानमा उम्रन्छ र बढ्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो मुलायम-चुच्चो, फूल पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार सानो फलभित्र तेलीय बीजकणिका, पीत जरा छिप्पिएपछि पहेँलो लस्सादार-स्नेहन चिफ्लोपदार्थ हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, उदरशूल, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, रक्तचाप, मधुमेह, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्श, हाड खिइने, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने, रगतको कमी, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो काँचै खाने चलन छ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८२९. गाँजाभाले, निद्राजनक, नफल्ने गाँजा, **Non Fruiting Hemp Plant**

**चिनारी** : यो सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो फुल्दैन र फल्दैन । यसकारण यो भालेगाँजा वा बाँझो वा थारो गाँजाले चिनिन्छ । यसको पाट निस्कन्छ र बलियो रेसा हुन्छ । यसको पातले ३-५ फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकारका छिन्नभिन्न लामा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आम-अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको धूप वातावरण शुद्धि र संक्रमणकारी रोग हटाउन प्रयोग हुन्छ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चटनी र अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

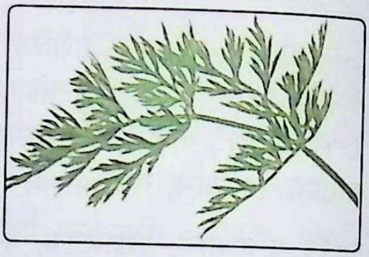
### १८३०. गामडोल सेतो, सफेद गामडोल, श्वेतकन्द, **Hygenic White God Potato, *Brachycorythis obcordata***
(Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो चैत्र-असोजतिर सुक्खास्थानमा उम्रन्छ र बढ्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो मुलायम-चुच्चो, फूल सेतो फुल्ने, अण्डाकार सानो फलभित्र तेलीय बीजहरू, सेतो जरा छिप्पिएपछि लस्सादार-स्नेहन चिप्लोपदार्थ हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक,

वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, रगतविकार, उदरशूल, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, रक्तचाप, मधुमेह, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, शारीरिक दुर्बलता, अर्श, हाड खिइने, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने, रगतको कमी, बाँझोपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो काँचै खाने चलन छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८३१. गाजर कडा र लामो जरा पहेँलो, नारङ्गवर्णक, गृञ्जन, **Yellow Hard Carrot Plant, *Daucus* sp.**
(Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकार छिन्नभिन्न लाम्चो, फूल पहेँलो, बालामा तेलीय बीज, जरा कडा र लामो गानो हुन्छ । यसको जरा र कलिलो मुनाको साग तरकारी खाने चलन छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, आउँ, पखाला, गानो, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गाजर १-५ वटा, साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८३२. गाँजा हिमाली कालो, शिवगाजडी, श्यामगञ्जा, **Black Hemp, Black Marijuna Plant**

**चिनारी** : यो उच्चलेकको जलवायुमा पाइन्छ । यो काले रङ्गको हुन्छ, यसैले कालो गाँजाले चिनिन्छ । यसको पाट निस्कन्छ र बलियो रेसा हुन्छन् । यसको पातले ३-१० फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकारका छिन्नभिन्न लामा हुन्छन् । यो विरुवा छिप्पिए पछि चोप निक्लन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आम-अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धि र

संक्रमणकारी रोग हटाउन प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चटनी र अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

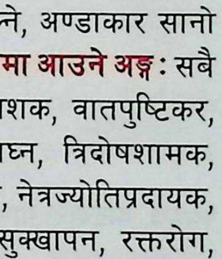
### १८३३. गाँजा रातो डाँठ हुने, रक्तगञ्जा, **Red Stem Hemp Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको डाँठ रातो रङ्गको हुन्छ । यसको पाट निस्कन्छ र बलियो रेसा हुन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, पात त्रिशूल आकारका छिन्नभिन्न लामा, छिप्पिए पछि चोप निक्लन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ र बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, पक्षाघात, जलोदर, क्षय त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आम-अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुवी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धि र संक्रमणकारी रोग हटाउन प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चटनी र अचार ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८३४. गामडोल कालो, काला गामडोल, शिवकन्द, **Hygenic Black God Potato Plant, *Brachycorythis* sp.** (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो चैत्र-असोजतिर सुक्खा स्थानमा उम्रन्छ र बढ्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो मुलायम-चुच्चो, फूल खैरो फुल्ने, अण्डाकार सानो फलभित्र तेलीय बीजहरू, कालो जरा छिप्पिएपछि लस्सादार-स्नेहन चिप्लोपदार्थ हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातपुष्टिकर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, रगतविकार, उदरशूल, कटिवाथ, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, रक्तचाप, मधुमेह, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्श, हाड खिइने, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने, रगतको कमी, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो काँचै खाने चलन छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८३५. गाजरपाते हिंगुपत्री, दूकू, बाफली, **Wild Carrot Plant, *Peucedanum grande*** (Family : Apiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीज जसलाई दूकू भनिन्छ, जरा सेता हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, बृक्क/हृदयहितकारी,

उदररोगनाशक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गाजर १-२ वटा, बीज १-३ ग्राम, साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, गानोस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८३६. गाईखुरे गानो ठूलो सुनौलो लक्ष्मीमाता स्वर्णकन्द, **Gaikhure Tonic, Golden Cow Foot Plant,** *Angiopteris evecta* (Family : Marattiaceae)

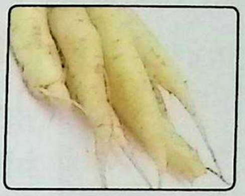
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ५००-१८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात संयुक्त डालीमा दुवैतिर गएका गाढा हरियो, गाईकाखुरजस्ता गानाहरू जोडिएर १०-२० किलोका बन्छन् कन्द सुनौलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गाना । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो केही-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक, मेदमज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलारोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८३७. गाईखुरे गानो केही सुनौलो, लक्ष्मीमाता पीतकन्द, **Gaikhure Yellow Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात भालाकार सुइरे गाढा हरियो, बैजनी/गुलाबी/कलेजी रङ्गको, घोगामा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गाना । स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक मानिन्छ ।

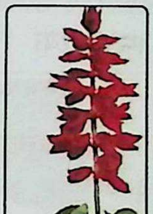
**औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तस्राव, रगतको कमी, गलारोग, पत्थरी, गर्भाशयशिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा; कन्दस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८३८. गाजर सेतो, श्वेतगार्जर, White Carrot Plant



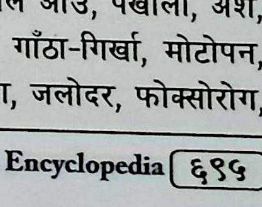
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, कब्जियत, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गाजर १-२ वटा, बीज १-३ ग्राम, साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, गानोस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८३९. ग्वालपानी रातो, रगते, रक्तसन्यासी, Scarlet Sage Plant, Red Salvia Flower, *Salvia splendens* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात गोलाकार चुच्चो दन्तुर, फूल रगतसमान रातो, बालामा फलभित्र मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मीठो-बास्नादार-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक रगतविकार, मुखपाक, चिसो-रुघा-पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, कटिवात, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया पिउने चलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

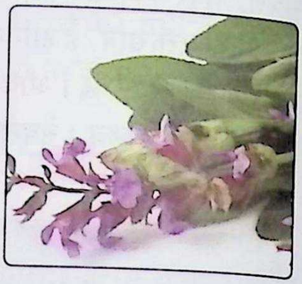
### १८४०. ग्वालपानी, सन्तजडी, आँपे, Himalayan Blue Sage Plant, *Salvia hians* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो रोमश ल्वाङ्भैँ फुल्ने सेतो-रातो वर्णको बालामा तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, सङ्कोचक, वातहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, यौनरोहर, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ, पखाला, अर्श, गर्भाशयशोथ, कफवृद्धि, कलेजोरोग, कामला, यौनरोग, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, ज्वर, अर्श, अनिद्रा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तक्यान्सर आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, जलोदर, फोक्सोरोग,

जोर्नीवाथ, तथा अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, स्वरससुई २-५ र बीज तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम एक पटक ।

**१८४१. ग्वालपानी निलो-सेतो, सन्तजडी, आँपे, Himalayan Blue Sage Plant, *Salvia sclarea* (Family : Lamiaceae)**



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो केही चेप्टो, रोमश, ल्वाङ्गझैं फुल्ने निलो-सेतो वर्णको, बालामा तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, सङकोचक, वातहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, यौनरोहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन आउँ-पखाला, अर्श, गर्भाशयशोथ, कफवृद्धि, कलेजोरोग, कामला, यौनरोग, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, ज्वर, अर्श, रक्तरोग, मधुमेह, निम्नरक्तचाप, रक्तक्यान्सर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, जलोदर, फोक्सोरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम २-५ पटक ।

**१८४२. ग्या चि गोएपा, सर्पविषहारक वनस्पति, Gya Tsi Goepaa (Am), Himalayan Black Snake Root, Foetid Bugbane, *Cimicifuga foetida* (Family : Ranunculaceae)**

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको २७००-५३०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, लामो बालामा फूल पहेँलो फुल्ने, जरा सपैझैं काला, फलमा तेलीय बीज हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको जरालाई गाई गहुँत/त्रिफलामा वाष्पीकरण गरी शुद्ध पार्नुपर्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, सर्पविषमारक, कलेजोपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, विषघ्न, मदकारक, निद्राजनक, वेदनानाशक मानिन्छ । यो शुद्धि गर्नुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, सर्पदंश, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरा, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, कुकुर टोक्ने, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थीका र पाठेघरको समस्या, सन्निपातज, असाध्यरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, एचआईभी/एडस्, पागल जनावरको टोकाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ चामल जति, काँढापानी एक मुख, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा १-३ पटक ।

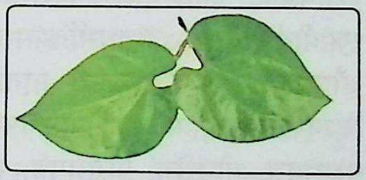
**१८४३. ग्याठगोभी, शलगम, Kohirabi Vegetable, Green Turnip Plant, *Brassica oleracea* (Family : Brassicaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ६०-९० दिनमा प्रतिरोपनी डेढ टनसम्म उत्पादन हुन्छ । यो उच्चपहाडमा फागुन-वैशाखमा लगाएर साउन-असोजमा बाली लिन सकिन्छ । मध्यपहाडमा साउन-भदौमा रोपेर कार्तिक-मंसिरमा तथा खोँच, बेँसी र तराईमा भदौ-असोजमा लगाएर

मंसिर-पुसमा उत्पादन लिइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, मुलायम पात लाम्चो, फूल पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू, फेदमा डल्लो हरियो गाँठो आधा-तीन किलो तौलको हुन्छ । यसको साग-तरकारी खाने चलन छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दाग, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा पाइने खाद्यतत्त्वहरू : मोइस्चर ९२.७, प्रोटिन १.१, फ्याट ०.२, मिनरल्स ०.७, फाइबर १.५ कार्बोहाइड्रेट ३.८, क्यालोरिज २५ जि.यम हुन्छ । निकोटिन एसिड ०.५, बक्स्यालिक एसिड १०, म्याग्नेसियम १८, भिटामिन ८५, फोस्फोरस ३५, आइरन ०.४, रिबोफ्लोमिन ०.१२, थियामिन ०.०५, क्लोरिन १६, सल्फर १४३, कपर ०.०९, पोटासियम ३७ एमजी र भिटामिन 'ए' ३६ आइयू हुन्छ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

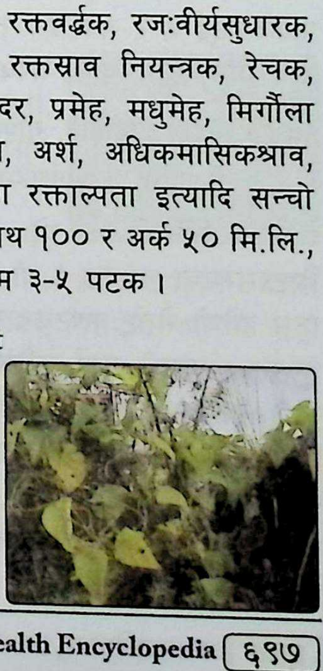
### १८४४. ग्वाँदे साग, गादे, मत्स्यगन्धा, **Lizard Tail and Heart Leaf Plant,** ***Houttuynia cordata***

(Family : Saururaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १०००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो ओसिलो चिस्यानमा मिल्छ । कर्कलो आकारको सानो भुइँबाट पात निक्लने, चलाइयो वा छोइयो भने उडुसजस्तो गनाउँछ। चैत-वैशाखतिर कान्लाकुन्ली, खोल्साखोल्सी, कुनाकाप्चामा प्रशस्त उम्रन्छ । यो आधा-एक फिट उचो, पात हृदयाकार चुच्चो, फूल सेतो छेपारोको पुच्छरभैँ, जरा सेतो, फूल छिप्पएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मीठो-स्वादिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, रेचक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., पात ३-५ वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८४५. गिठो तिते, पाञ्जल, **Paanjal Githo Creeper, Bitter Giththo Plant**



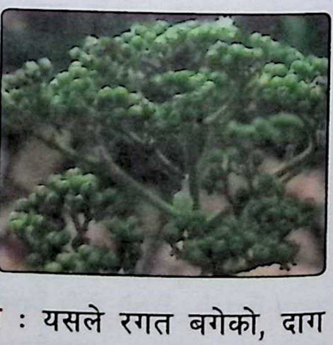
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरा, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फल डल्लो र फेदमा गानो केही कालो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद चिप्लो- मिठो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, मृदुरेचक वातहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक,

व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, विषघ्न, धातुपरिवर्तक, अग्निकारक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक, विजतीयद्रव्य निष्कासक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मधुमेह, आन्द्राको सुख्खापन, कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, अर्बुद, रक्तक्यान्सर, समस्त रक्तविकार, आन्द्राको घाउ-अल्सर, कृमिदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., साग/तरकारी र खोले ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८४६. गिदीच्याउ, मस्तिष्कहितकारी, जीवनीय वनस्पति, Brain Sheped Red Mushroom, *Ganoderma* sp. (Family : Ganodermataceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । पुरानो/बूढो रूख वा सुकेको ढुटो/बुटो/काठमा उम्रन्छ र बढ्दै जान्छ । यो गिदी आकारको हुन्छ । यो गिदी आकारको १-५ किलोसम्मको वजन हुन्छ । यो वर्षादमा मिल्छ । यो रेसादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्मृतिदायक, अर्बुदहर, वातहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, मूत्ररोग, ठोक्किएको-मर्किएको, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, रजवीर्यदोष, शरीरको कडापन, रक्तविकार, छालारोग, हृदयाघात, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८४७. गिँदरी चेप्टोपाते, गणिकारिका, अग्निमंथ, गिलियार, Headache Cut Premna Tree, *Premna barbata* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, चिप्लोपात चेप्टो मुलायम, फूल हरियो-सेतो, कण्टकदार, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको नयाँ कलिलो मुनाको साग र बीजको तरकारी खाने चलन छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण,

शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटा-गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप २-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको २०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८४८. गिँदरी कालो, बृहत्‌अग्निमंथ, कृष्णअरणी, गिलियार, अगेथु, काली गिनेरी, Black Premna, *Premna serratifolia* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो मुलायम, फूल हरियो-पहेँलो, काण्ड कण्टकदार, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको नयाँ कलिलो मुनाको साग र बीजको तरकारी खाने चलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, पात र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटा-गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप २-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

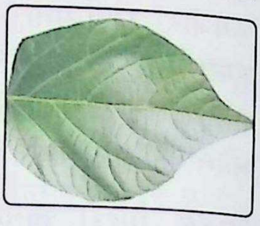
### १८४९. गिँदरी, गिनेरी, अग्निमन्थ, गनियारी, अरणी, Coastal Premna, Headache Plant, *Premna serratifolia* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, विपरीत गएका चेप्टो पात, पुरानो हाँगामा आमुन्ने-सामुन्ने काँडा, पुष्प सानो हरियो र फल गोलाकार, फुल्ने भदौ-असोज र पाक्ने समय फागुन हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बोक्रा, पत्र, फल र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्निवर्द्धक, पुष्टिकर, मेदहर, बलकारक, हृद्य, स्तन्यवर्द्धक, वातहर, रक्तशोधक, कफघ्न, जठराग्निप्रदायक, मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सर्वाङ्गशोथ, बद्धकोष्ठ, त्रिदोषज गानो-गुल्म, हृदयरोग, अर्श, रक्तविकार, मेदरोग, ज्वर, पित्तरोग, अमिलो पानी आउने, कमलपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १ गेडा, १ पात, सर्वाङ्ग काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., भस्म/चोप/खोटो १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १८५०. गिँदरी चिल्लो, घृतअग्निमंथ, गिलियार, Ghee Premna Tree

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, चिल्लो र

चिप्लोपात चेप्टो मुलायम, फूल हरियो-पहेँलो, काण्ड कण्टकदार, गोलाकार कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको नयाँ कलिलो मुनाको साग र बीजको तरकारी खाने चलन छ । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, सप्तधातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटा-गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम शिथिलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप २-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।



### १८५१. गिठा मीठो-कालो, चिचोलाक्वा, कालगिठ्ठीबेलो, **Air Potato Plant, Black Sweet Dioscorea,** ***Dioscorea bulbifera*** (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सुक्खा ढुङ्ग्यानमा प्रशस्त मिल्छ । यो वैशाख-जेठमा पलाउँछ र झ्याङ लाग्छ । पात गोलाकार विनाकाँडाको, सेतो फुल्ने, लहरोमा गेडा फल्छ र जरामा लाम्चो गानो पातलो भुत्ला भएको हुन्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विजातीयद्रव्य निष्कासक, पेटको रोगमा अत्यन्त उपयोगी, मलमूत्र शुद्धिकर, पाचनशक्तिवृद्धिदायक, पत्थरीहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तविकारहर, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुकेनाश, गानोगोला, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, अल्सर, कब्ज, अर्श, रक्तदोष, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक, पत्थरी, पित्तवृद्धि, कुपोषण, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेट भत्भती पोल्ने, उदरशूल, मूत्ररोग, पेट खराब, उदरजलन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : उसिनेको/बफाएको/तरकारी ३०-१०० ग्राम, धूलो ५-१० ग्राम, स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १८५२. गिँदरी पहेँलो, पीतअग्निमंथ, पिँलागिनेरी, **Yellow Premna Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो, काष्ठसार पहेँलो, पात चेप्टो मुलायम, फूल हरियो-पहेँलो, काण्ड कण्टकदार, गोलाकार पाकेपछि कालो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको नयाँ कलिलो मुनाको साग र बीजको तरकारी खाने चलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ-पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, मुखपाक, पत्थरी,

पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, आँखाको ज्योति घट्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटा-गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप २-५ ग्राम, तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८५३. गिठ्ठा तीतो, गिठ्ठी बेलो झुसे, बाराहीकन्द, खाचो लाक्वा, Bitter Yam Plant, *Dioscorea* sp.
(Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो बहुवर्षीय लहरेदार गिठ्ठो २५०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यसको जमिनमुनि प्रशस्त गानाहरू बाहिरी भाग केही कालो र भित्र हल्का पहेँलो हुन्छ । यसको काण्डमा मुटु आकारका केही फुस्रा लाम्चा पात तल-माथि निस्केका, फल मदानीसमान तीन चोसाका हुन्छन् । यो गिठ्ठाको पोथी फूल लामो झुप्पामा फुल्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, अर्बुदहर, पेट शुद्धिकर, समस्त ज्वरनिवारक, आन्द्राको घाउहरूमा लाभदायक, मूत्रल, पित्तनाशक, पाचक, विजातीयदोष निष्कासक, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर, यकृतपुष्टिकर, व्रणरोपक, पत्थरीहर मानिन्छ । स्वाद तीतो-मीठो र स्वभाव शीतल । **औषधीय उपयोग** : यसको गानो र फललाई सुकाएर धूलो पारी खाँदा क्षयरोग, अबुर्द, चमेरोग, विषमज्वर, अधिकपित्त समस्या, गानोगोलाका पीडा, कमजोर पाचनप्रणाली, मधुमेह, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तरोग, यौनरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, पेट भत्भती पोल्ने, कलेजोरोग, अपच, अरुचि, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसलाई खरानीमा उसिनेर खाजा/तरकारी खाने चलन छ । **मात्रा** : बफाएको/उसिनेको/तरकारी ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १८५४. गिठ्ठी घरेलु बेलो, Sweet Home Yam Vine Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका सबै माटोमा पाइन्छ। तापक्रम : यो २०-३० डिग्री सेन्टिग्रेड तापक्रममा प्रशस्त फल्छ। यो घरगिठ्ठी लता असारमा उम्रन्छ र मंसिरसम्ममा सुक्छ। यसको गाना २००-३०० ग्रामको कालो हुन्छ। यसको पात तरुलझैं तर चौडाइ फराकिलो गाना गोलाकार हुन्छ। स्वाद मीठो र चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गाना र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उदररोगनाशक, शक्तिवर्द्धक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, कब्जहर, आँत-आन्द्राका घाउमा लाभदायक, अर्श र पेटका समस्त रोगमा उपयोगी, पित्तनाशक, मूत्रल, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँत-आन्द्राको घाउ, सुकेनाश पेट दुब्लाउँदै जाने, पाचन-प्रणाली कमजोर, मधुमेह, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, अरुचि, अपच, रजःवीर्यविकार, कुपोषण, पित्तवृद्धि, उदररोग, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : धूलो ३-१० ग्राम, सब्जी वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १८५५. गिँदरी सानो गर्मीको, अरणी, अग्नियुम, Tropical Premna Tree

**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात सानो चेप्टो, काँडादार, फूल हरियो, गोलाकार गेडा हुन्छन्। यसको स्वाद मिठो केही तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, जलशोषक, पत्थरीहर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, शोथघ्न, व्रणरोपक, पेटको रोगमा लाभदायक, रक्तशोधक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, गर्मीज्वर, अर्बुद, जलोदर, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, घाउ-खटिरा, उदररोग, कामला, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, उदरशूल, रक्तपित्त, हैजा, जलन, दाह, पत्थरी, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो ५-१० ग्राम, फल ३-७ वटा, पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १८५६. गुराँस सेख्ले, खिरलिङे, Sekhle Tree, *Rhododendron* sp. (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका हिमालयक्षेत्रतिर पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, डाँठ रातो, पात लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पात र बोक्रा । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, फोक्सो सुन्निएको, मधुमेह, अर्श, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरस सुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८५७. गुर्जो कालो काँडा भएको, श्यामगिलोय, गुरैच, गुडुचीकाँट, Black Thron Amrita Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हाँगा काटेर सानो टुक्रा रोपी धेरै फैलाउन सकिन्छ । यो १००-३०० फिट फैलिने कालो डाँठ र काँडा भएको लहरो, पतझर, पात हृदयाकार, फूल हरियो-पहेँलो, गोलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छ । स्वाद तितो केही टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनिष्कासक, विजातीयद्रव्यनाशक, वातहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, तनावहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : समस्त ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तचाप, रक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग-पत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, सत्व १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८५८. गुर्जो काँडा भएको, कण्टकगिलोय, गुडुचीकाँट, Thron Giloya Amrita Plant

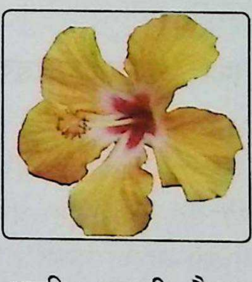
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हाँगा काटेर सानो टुक्रा रोपी धेरै फैलाउन सकिन्छ । यो ३०-३०० फिट लामो मुलायम काँडा भएको लहरो, पतझर पात, हृदयाकार, चेप्टो,

फूल हरियो-पहेँलो, गोलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद तितो केही टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक । **प्रयोग हुने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, विजातीयद्रव्यनिष्कासक, वातहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तचाप, सर्वरक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, मिर्गौलापत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, सत्व १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८५९. गुमारूख, तुमा, Tuma, Moulmein Rosewood Tree, *Millettia peguensis* (Family : Fabaceae)

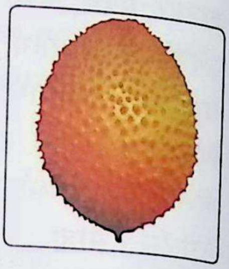
**चिनारी :** यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, दुवैतिर गएका चेप्टो पात, फूल गुलाबी रङको केरासससमान झुपुक्कै फुल्ने, फल ठूलो लामो कोसाभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो दुर्लभ हुन लागेको वृक्ष हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण, स्वाद टर्रो-तितो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो फुफ्फुसहितकारी, अर्बुदहर, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर, रक्तस्तम्भक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, सर्दीज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, यौनरोगहर, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कलेजोरोग, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, कफवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका रोग, पत्थरी, वाकवाकी, आमवात, मलेरियाज्वर, कुष्ठ, लुत्तो, अर्बुद, उदरकृमि दाद, दुबी, दादुरा क्षयरोग, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, वातरक्त, उच्चरक्तचाप, जोर्नीवाथ, पक्षाघात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको बोक्रा पशुहरूको पेटमा रहेका खतरा कीरा मार्न प्रयोग गरिन्छ । सुन्निएको र दुखेको स्थानमा तेल/घ्यूमा डढाएर मालिस गर्दा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### १८६०. गुडहल सुन्तले, जपापुष्पी, जपा, Shoe Orange Flower, *Hibiscus rosa-sinensis* (Family : Malvaceae)



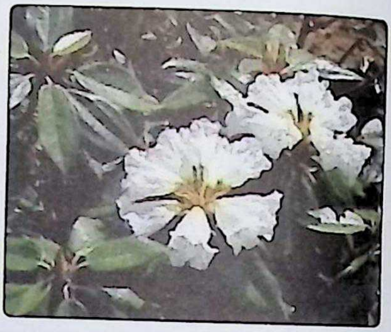
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१५ फिट अग्लो झ्याङ, पात चेप्टो चुच्चो दन्तुर, घण्टी आकारको फूल पहेँलो सुन्तले रङका हुन्छन् । यो शोभा दिने भनेर लगाइन्छ र सदा फुलिरहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, अर्श, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग, पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा लाभ गर्छ । **मात्रा :** फूल ३-५ वटा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र बीज तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८६१. गुलकाँक्रा रातो ठूलो, गुलकाँकरी रगतसमान, Big Gac Fruit Plant, *Momordica cochinchinensis* (Family : Cucrbitaceae)



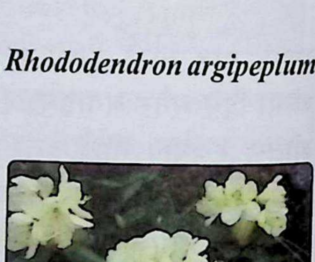
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, लामो पात हस्ताकार, फूल घिउरङको थुङ्गा गोलो, रगतसमान रातो, नरम काँडादार, फलभित्र रातो गुदी र साना तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रशक्तिदायक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रगतको कमी, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तरोग, ज्वर, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मासिकअधर्म, हृदयरोग, मन्दाग्नि, गतिशील अङ्ग सुक्खाराम, प्रदर, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पाकरससुई ५ र स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल १-२ वटा, काँढापानी १ माना, रस १ गिलास ३-५ पटक ।

### १८६२. गुराँस घिउ रङको, घृतगौरांश, Rhododendron Tree, *Rhododendron* sp. (Family : Ericaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका ठन्डा लेकतिर पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो, फूल घिउ रङको कञ्चन सेतो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, फोक्सो सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, दर्द, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरस सुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८६३. गुराँस घिउ रङको गौरांश, सफेदबुराँस, Rhododendron Backside Leaf Tree, *Rhododendron argipeplum* (Family : Ericaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २७००-३७०० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक

दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, दर्द, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरस सुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/ भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८६४.गुराँस निलो, गौरांश, बुराँस, Rhododendron Pink Plant, *Rhododendron rubiginosumb* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २५००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, बाक्लो पात लाम्चो, फूल बैजनी वा निलो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र बोक्रा । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटका समस्त रोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, खटिरा, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, अनिद्रा, उदरशूल, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ, दर्द, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरस सुई ५-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८६५. गुजुम्मरी, Gujumbari Plant

**चिनारी** : यो समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ अङ्गुल अग्लो, हरियो सुकेपछि खुम्रुम्म पर्ने गुजुल्टिएको पहाडी चट्टानहरूमा उम्रेको हुन्छ । धूप बनाउन मिल्ने, पानीमा डुबाएर राख्दा सधैं हरियो हुने विनास्वादको लाग्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो सुकेपछि गुजुमुच्च परेका, जरा खैरा-काला जालिदार मसिना हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, कुष्ठ, कमलपित्त, मोटोपन, गानोगोला, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मधुमेह, पौरुषगन्थिवृद्धि, श्वासरोग, पेटमा पानी भरिने, गर्भाशय खस्ने, गलाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८६६. गुर्बो जाँडे सानो, गुराउ, वनसुरणकन्द सेतो सानो, पारदशोधक, गुर्बो, Para Purifier Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, यो वैशाख-

जेठमा पानी पर्दा मुना निक्लन्छ र एक फिट लामो पात दुवैतिर गएका कलिलो मुना मुलायम डाँठ-पात लाम्चो, फूल पहेँलो/राता/हरियो-पहेँलो, फल घोगामा गेडाहरू, छिप्पएको गानो विषसमान हुन्छ। यसको कलिलो मुनाको साग-तरकारी खाने चलन छ। स्वभाव शीतल र स्वाद पकाएपछि मीठो र चिप्लो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, गानो-गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको गानालाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा स्नायुतन्तु, नसावात, जोर्नीवाथ, छालाका रोगमा अचुक लाभ दिन्छ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, शुद्ध गरिएको लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक।

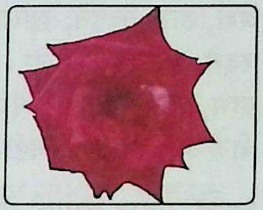
### १८६७. गुर्बो रातो, रक्तवनसुरणकन्द, रक्तपारदशोधक, Rakta Suran Potato, Gurvo, Red Mercury Purifier Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, एक फिट लामो पात दुवैतिर गएका कलिलो मुना मुलायम डाँठ-पात लाम्चो, छिप्पिएको गानोबाहिर भुत्ला र भित्र रातो रसिलो चोपिलो, रातो आधा एक किलोको वजन विषसमान हुन्छ। यसको कलिलो मुनाको साग-तरकारी खाने चलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव शीतल र स्वाद काँच्चोमा कोक्याउँछ र पकाएपछि मीठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर, मदकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गाँठा-गिर्खा, हैजा, दुवी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला शिथिलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। गानालाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा स्नायुतन्तु, नसावात, जोर्नीवाथ, छालाका रोगमा अचुक लाभ दिन्छ।यो गानालाई गौमूत्रमा बफाएर सुकाई निर्दोष अमृतवर्गका औषधिमा दशभाग मिसाएर खाँदा सर्वरोग नाश गर्छ, पक्षाघात र सर्वाङ्वात, एच.आई.भी./एड्स, अर्बुदरोग इत्यादिमा समेत लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, शुद्ध गरिएको लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### १८६८. गुलाब सादा, Rose Flower Blood Color Plant, *Rosa indica* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ३-७ फिट लामो वा अग्लो, पात दन्तुर चेप्टो चुच्चो, डाँठका काँढा भएको, फूल गुलाबी फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो

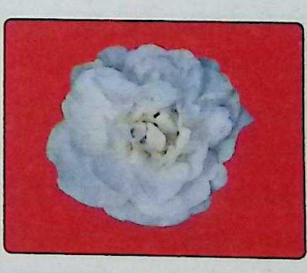
हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, आमवात, रक्तविकार, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र उच्चरक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, प्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, हाड खिइने, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप दाग, मुटुको कडापन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो फूल र फल काँचै खाने चलन छ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।



### १८६९. गुराँस कालो, कृष्णगौरांश, कालाबुराँस, Rhododendron Black Plant, *Rhododendron* sp. (Family : Ericaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका २७००-४७०० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, काष्ठसार कालो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार लाम्चो, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, दर्द, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरस सुई १०-२० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

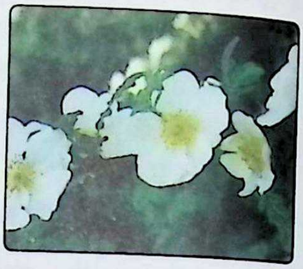
### १८७०. गुलाब सेवती, झ्याउरी गुलाब, White Rose Flower, *Rosa alba* (Family : Rosaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको ३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५-१० फिट लामो फैलिने ठूलो झाडी, पात दन्तुर चेप्टो चुच्चो, डाँठका काँढा भएको, फूल सेतो र केशर पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, वातविकार, रगतविकार, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला सुक्खा

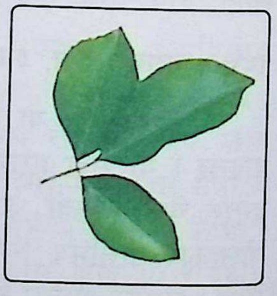
दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्श, हाड खिइने, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप-डन्डिफोर-दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, हैजा, मानसिक रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८७१. गुलाब हिमाली सेतो, श्वेतहिमाली, Silky Rose Plant, Sewa (Am), *Rosa sericea* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २२००-४५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट लामो लहरा, पात संयुक्त ७-११ वटा चेप्टो, डाँठमा काँढा रातो, फूल सेतो केशर पहेँलो फुल्ने, गोलाकार राता फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो बीज र फूल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, वात-रक्तविकार, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्श, छालाको कडापन, रूप-डन्डिफोर-दाग, मुटुको छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, गुलाबजल १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८७२. गुलाब सेतो-रातो, श्वेतरक्तगुलाब, Cherokee Rose Plant, *Rosa laevigata* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १५-४० फिट लामो लहरा, पात त्रिपत्रक चेप्टो चुच्चो दन्तुर, डाँठमा काँढा, फूल सेतो केशर पहेँलो फुल्ने, काँडादार अण्डाकार पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो बीज र फूल मीठो केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीका रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, रगतविकार, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, अर्श, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप-डन्डिफोर-दाग, मुटुको छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्प स्वरससुई १०-२०

र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, गुलाबजल ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १८७३. गुलाब हरियो, हरागुलाब, **Green Rose Flower,** *Rosa viridiflora* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्णमा पाइन्छ। यो हिउँदमा हुने, ३-५ फिट अग्लो झाडी, पात दन्तुर, डाँठका काँडा भएको, बन्दाकोभीसमान फूल हरियो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बीज। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, हाड खिइने, छालाको कडापन, छिटो धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, हैजा, मानसिक रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/ काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १८७४. गुलाबफल, **Rose Fruit**

**चिनारी** : यो हरेक गुलाबको फल पाकेको हुनुपर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र बीज। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीका रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, वातविकार, रक्तविकार, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, गानो, जोर्नीवाथ सुन्निएको, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, दाग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले दिमागमा बल बढाउँछ, बुद्धि र स्मरणशक्ति वृद्धि गर्छ, धातु पुष्ट पार्छ, नपुंसकता हटाउँछ, शुक्र बनाउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १८७५. गुच्चीझार, गुच्छाझार, **Guchchi Jhar, Marble Flower Plant**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो एक फिट अग्लो हुन्छ, पात गोलाकार रोमश, गुच्चाजस्तो फुल्ने पुस-माघमा उम्रन्छ र जेठसम्म प्रायः रहन्छ। फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो केही तितो केही खल्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, व्रणरोपक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, विषप्रभाव, मधुमेह,

पौरुषगन्थिवृद्धि, मिर्गौलारोग, अपस्मार, रक्तस्राव, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १८७६.गुफ्लो नीलोघण्टी, मलकाचे लहरो, Malkanche Creeper Plant

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, पात लामो आयाताकार, बास्नादार फूल घण्टीझैं नीलो, केरासमान लाम्चो फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज, फल असोजमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रा सुख्खापन, रक्तस्राव, पेट पोल्ने-दुख्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८७७. गुफ्लो बैजनी, राकिनी लता, गोमफल, गुफ्ला, Sausage Vine Purple Fruit Plant, *Stauntonia grandiflora*

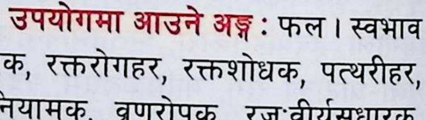
(Family : Lardizabalaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीका ८०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो २-५ फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, संयुक्तपात लामो आयाताकार ५-७ वटा समूहमा, घण्टीझैं फूल झुप्पोमा घिउ रङको, १०-१५ से.मि. लाम्चो बेलनाकार फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, आरम्भको अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुख्खा, उदरजलन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको लहराबाट दाम्लो, डोरी बन्दछ । **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८७८.गुफ्लो पुष्पदण्ड रातो, राकिनीलता, गोमफल, Sausage Vine Red Fruit, *Stauntonia brachyandra*

(Family : Lardizabalaceae)

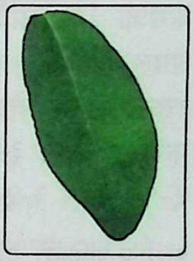
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, संयुक्तपात लामो आयाताकार ५-७ वटा समूहमा, घण्टीझैं पुष्प दण्ड रातो, घिउरङको फूल



झुप्पोमा, अण्डाकार फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिक रोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, सुरुको अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको लहराबाट दाम्लो, डोरी बन्दछ। **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १८७९. गुफ्लो, राकिनी लता, गोमफल, गुफ्ला, Sausage Vine Plant, *Stauntonia angustifolia*

(Family : Lardizabalaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-५० फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो केही लामो, बास्नादार फूल झुप्पोमा सेतो-रत्छाँया परेको, केरासमान लाम्चो बेलनाकार फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, अग्निमन्द, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, रक्तस्राव, जिब्रो चिरिने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको लहराबाट दाम्लो, डोरी बन्दछ। **मात्रा** : फल १ वटा, रस/काँढापानी १ माना, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १८८०. गुफ्ले सानो, मलकाचे सानो, Small Sausage Vine, Malkache Plant

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो, बास्नादार फूल घण्टीझैं सेतो, केरासमान लाम्चो फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। यो गुल्फोको समान फल कान्छी औंलाजत्रो असोजमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। यसको स्वभावः शीतल र स्वाद : टर्रो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार-मृगी, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालाका रोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस,

मधुमेह, कब्ज, आरम्भको अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको लहराबाट दाम्लो, डोरी बन्दछ । **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८८१. गुफ्लो सानो रातो राकिनी गुप्लो, खुर्सानीगुफ्लो, Guflo Small Red Go Vine Plant

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरा, सदा हराभरा रहने, पात लामो आयाताकार, बास्नादार चैत्रमा फूल घण्टीझैं नीलो, असोजतिर केरासमान लाम्चो फलभित्र झिल्लीमा गुदी र तेलीय बीज, फल कार्तिकमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ॠतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालारोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, रक्तस्राव, पेट पोल्ने-दुख्ने, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८८२. गुलियो पानी लहरो, Sweet Water Creeper, Sweet Water Plant

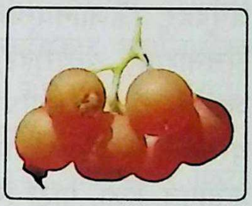
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट लामो लहरो, पात तीनचुच्चे, डाँठ रातो-पहेंलो, फूल सेतो, काण्ड काट्दा पानीको धारा छुट्छ। फेदमा गाना, उपजरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ॠतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसल पित्तवृद्धि, मानसिकरोग, रक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार-मृगी, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गला-घाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालारोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने-दुख्ने, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८८३. गुर्दौलीफूल, समाधिपुष्प, Alpine Gurdouli Flower

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुका ३५०० मिटरभन्दा माथि पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ५-१५ से.मि. अग्लो, मसिनो पात, फूल पहेंलो बास्नादार फुल्ने, बीजहरू तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो र हल्का परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ॠतुधर्मनियामक,

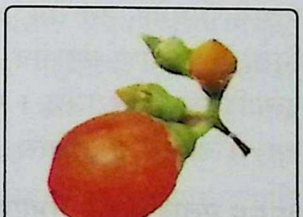
रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको शोथ, रक्तरोग, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला, सुक्खा दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, छालाको कडापन, डन्डिफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

**१८८४. गुन्दी, लघुश्लेश्मान्तक, सानो गुन्थी, कबुलु, बुर्किल, कबुला, Cordia Plant, *Cordia rothii* (Family : Ehretiaceae)**



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पतझर, पात लाम्चो, चैतमा पहेँलो हरियो फुल्ने, असारमा फल गोलाकार पहेँलो तेलीय बीजहरू पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव फल शीतल र अन्यभाग उष्ण र स्वाद फल मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्कोचक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, प्रदर, मुख- जिब्रोका बिग्रेको घाउ, जोर्नीवाथ, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिमिरा, गलगाँड, मूत्रकृच्छ्र, स्त्रीको गर्भाशय र नाभि खस्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। ३ वर्षको जरा खनेर चुस्दा गला बसेको र पित्तपत्थरीले हराएको श्वर खुल्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक।

**१८८५. गुन्दी घिउरङको, श्वेतलघुश्लेश्मान्तक, सानो गुन्थी, कबुलु, बुर्किल, कबुला, Gray Leaved Cordia Plant, *Cordia sinensis* (Family : Ehretiaceae)**



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुका १२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पतझर, पात लाम्चो, चैतमा घिउरङको फुल्ने, असारमा फल गोलाकार पहेँलो तेलीय बीजहरू पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव फल शीतल अन्यभाग उष्ण र स्वाद फल मीठो अन्यभाग टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, सङ्कोचक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, वेदनानाशक, वातहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, अङ्गशोथ, दर्द, दम, कफ समस्या, रुघा पिनास, वातरोग, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिमिरा, जोर्नीवाथ, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिमिरा, गलगाँड, मूत्रकृच्छ्र, स्त्रीको गर्भाशय र नाभि खस्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। ३ वर्षको जरा खनेर चुस्दा गला बसेको र पित्तपत्थरीले हराएको श्वर खुल्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण

३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा फलस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

### १८८६.गुर्जो फल्ने, गुडुची, मजुरगोरा, अमृतबल्ली, गुर्जो बेलो, गुरगुच, Tinospora Fruiting Creeper Plant, *Tinospora* sp. (Family : Menispermaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो १००-५०० फिट लामो लहरा, पात हृदयाकार, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार हरियो पहेँलो रातो भएर पाक्छ फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : डाँठ, बीज र पात । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मिर्गौला/हृदयहितकारी, अर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, वातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात, मलेरियाज्वर, कुष्ठ, लुत्तो, अर्वुद, गर्मीपित्तज्वर, कृमिदोष दाद, दुबी, दादुरा क्षयरोग, पौरुषग्रन्थि वृद्धि, वातरक्त इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, डाँठस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### १८८७.गुलाब गन्हाउने, Bad Smell Rose Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, काँडायुक्त लहरा, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फलमा गोलाकार तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, वेदनानाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, दम खोकी, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८८८.गुलाब बास्ना नभएको, No smell-Scent Rose, Non Aromatic Rose Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट लामो, काँडायुक्त लहरा, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फलमा गोलाकार तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मेदहर, ज्वरनिवारक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, उदररोगहर, विषघ्न, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, वेदनानाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अर्श, आमवात, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, दम खोकी, मोटोपन, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** :

लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८८९. गुलाब सेतो-रातो फुल्ने, शतदला, Rosa Onion Color Plant

**चिनारी** : यो सबै जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट लामो लहरा, पात दन्तुर चेप्टो चुच्चो, डाँठका काँढा भएको, फूल प्याजी फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रक्तविकार, मुखजिब्रोका बिमिरा, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, गानो, जोर्नीवाथ, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला, दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अनुहारको विकृत रूप-डन्डिफोर-दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो फूल काँचै खाने चलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

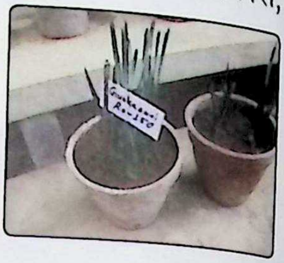
### १८९०. गुराँस गुलाबी, रक्तलालीगुराँस, Rhododendron National Flower of Nepal, *Rhododendron barbatum* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार लाम्चो, फूल गुलाबी-रगते फुल्ने, काष्ठसार हल्का रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मीठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, पेटका समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ, दर्द, अम्लपित्त, कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा, चर्मरोग, गला-घाँटीको समस्या, टन्सिल, रक्तक्यान्सर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १ -३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८९१. गुनकेशरी, गन्धवली, नर्गिस, Lent Lily, Phesant's Eye Plant, *Narcissus poeticus* (Family : Amaryllidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो एक डाँठ एक फूल हुने, १-२ फिट अग्लो, सानो प्याजजस्तो गानुबाट बढ्ने, अत्यन्त मनमोहक सेतो फूल चिलको आँखाझैं र बीचमा कटौरी आकारको पहेँलो रङको सुगन्धदायक गुनकेशरी सौन्दर्यवर्द्धक बुटी हो । जरा गानोमा सेतो पत्रदार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो

पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, नेत्ररोगहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग, हैजा, नेत्ररोग, पित्तजन्यज्वर, रक्तविकार, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले भाँच्चिए-कुच्चिएमा पिसेर लगाउँदा र पोलेर खाँदा लाभ गर्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, जडस्वरससुई ३-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### १८९२. गुडमार चेप्टोपाते, मधुनाशिनी, Miracle Fruit Plant, Gymnema Vine, *Gymnema sylvestre* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो गुडमार गर्मी भू-भागमा पराश्रयी लता मिल्छ । यसको विशाल भ्याङ हुन्छ, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, अण्डाकार चुच्चो फलभित्र राता तेलीय बीजहरू हुन्छन् । जसको सानो टुक्रा पारेर हजार बेर्ना बढाउन सकिन्छ । **यसको परीक्षा** : मुखमा च्यापेर चिनी राख्दा गुलियो स्वाद हुँदैन । यो खाएर चिनी मुखमा राख्दा गुलियो स्वाद आउँदैन । सक्खरलाई विनास्वादको पारिदिएकोले मधुनाशिनी भनेर चिनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १८९३. गुनेलो बैजनी, ऋणिका, गन्ननी, Rent Pink Berry Plant, *Callicarpa dichotoma* (Family : Lamiaceae)

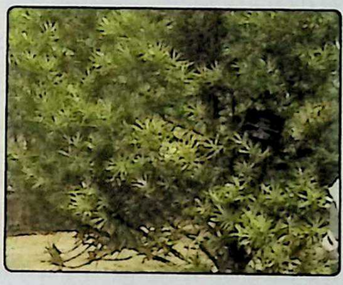
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात सानो लाम्चो चुच्चो, पुष्प बैजनी, बैजनी वर्णका गोला फलहरू रसिला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, नेत्ररोगहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मासिकअधर्म, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष,

हृदय र हाडको रोग, अजीर्ण, आउँ-पखाला, हैजा, नेत्ररोग, पित्तजन्यज्वर, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १८९४. गुनेलो जापानी, ऋणिका, गन्ननी, Japany Beautyberry Plant, *Callicarpa japonica* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो एक झाडी हो। यो २-५ फिट अग्लो, फूल र फल गुलाबी हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, नेत्ररोगहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, पत्थरीहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मासिकअधर्म, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, अजीर्ण, हैजा, नेत्ररोग, ज्वर, रक्तविकार, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १८९५. गुन्सी ठूलो, गुणम्, Plum Pine, *Podocarpus neriifolius* (Family : Podocarpaceae)



**चिनारी** : यो सदा हराभरा रहने, ६५०-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, काष्ठसार रातो, पातमा भेट्नु हुँदैन, ७-१२ से.मि. लाम्चो र बाक्लो तरबारको समान तिखो हुन्छ। यसको पोथी फूल एकल र भाले समूहमा फुल्छ, हरियो-नीलो पाकेपछि रातो-कलेजी र टुप्पामा टोपी रहेको फलभित्र एक तेलीय बीज हुन्छ। स्वभाव शामक र स्वाद टर्रो-तीतो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, मेदहर, नेत्ररोगहर, बलकारक, सर्वरोगनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बद, राजयक्ष्मा, मृगी, रजवीर्यदोष, बन्ध्यापन, मुटुरोग, रक्तप्रदर, नेत्ररोग, मस्तिष्कविकार, पित्तरोग, हृदय दुर्बलता, ज्वर, कलेजो र फियो सुन्निने, कमलपित्त, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, सङ्ग्रहणी, रक्तस्राव, मूत्ररोग, कष्टकर-असाध्यरोग, अर्श, श्वाससमस्या, दम, खोकी, पत्थरी, अधिकपित्त यौनजन्य महारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो वनस्पतिको इथानोल घनसत्व बहुउपयोगी हुन्छ र धेरै औषधिमा मिश्रण गरिन्छ। यसले हाडको रोगमा हित गर्छ। **मात्रा** : सर्वाङ्ग लेदो/चूर्ण, ३-५ ग्राम, १ माना रस/काँढापानी, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

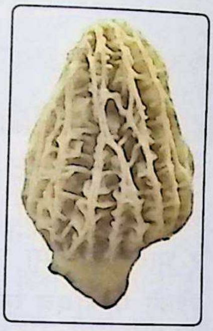
### १८९६. गुडमार दूधे, दुग्धमधुनाशिनी, Milky Sugar Cut Plant, Gymnema Vine, *Gymnema* sp. (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो गुडमार गर्मी भू-भागमा पराश्रयी लता मिल्छ। यसको विशाल झ्याङ हुन्छ, दूधे, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, अण्डाकार चुच्चो फलभित्र राता तेलीय बीजहरू हुन्छन्। जसको सानो टुक्रा पारेर हजार बेर्ना बढाउन सकिन्छ। **यसको परीक्षा** : मुखमा च्यापेर चिनी राख्दा

गुलियो स्वाद हुँदैन । यो खाएर चिनी मुखमा राख्दा गुलियो स्वाद आउँदैन । सक्खरलाई विनास्वादको पारिदिएकोले मधुनाशिनी भनेर चिनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, मधुमेहहर श्वासरोगहर, जलशोषक, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, धातुप्रमेह, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

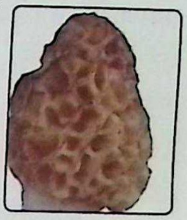
### १८९७.गुच्छीच्याउ ठूलो, महाजाली, Morel Ghee Color Big mushroom, *Morchella deliciosa* (Family : Morchellaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो असार-भदौमा जालीले घेरिएको च्याउ मिल्छ । घाँसे मैदानको शिर र खगरबउष्णा यो उम्रेपछि धेरै महिना कुहिँदैन र धेरै वर्षपछि पनि खान सकिन्छ । यो विश्वभरि नै पाइने च्याउ ३०-५० से.मि. अग्लो हुन्छ । यो वर्षादमा पानी पर्नासाथ २-३ महिना भुइँमा चिस्यान वनहरूमा भेटिन्छ। सप्रेको मुठ्ठीभरको खाल्टा परेको खोयाभैं हुन्छ। **प्रयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगतदर्द, ठेक्किएको-मर्किएको, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, आन्द्राको गिर्खा, मोटोपन, कुष्ठ/मुसा निक्लने/पिलो आउने, शरीरको कडापन, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा, गतिशील अङ्गका संकुचन-कडापन-घाउ, समस्त वीर्यविकार, सङ्ग्रहणी, विषादि कुअसर, केमिकल कुप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **गुच्चीच्याउमा पाइने रासायनिक तत्त्वहरू :** जलांश ८९.०७%, प्रोटिन ३.५९%, कार्बोहाइड्रेट ५.७३%, तेलीय पदार्थ ०.२७%, क्याल्सियम, फलाम, फस्फोरस, भिटामिनहरू आदि । **मात्रा :** चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।



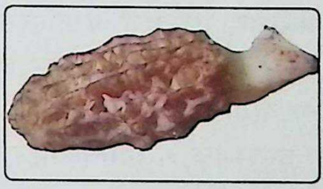
### १८९८.गुच्छीच्याउ, जाली, Morel Small Mushroom, *Morchella conica* (Family : Morchellaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो जेठ-साउनमा जालीले घेरिएको च्याउ मिल्छ। घाँसे मैदानको शिर र खगरबउष्णा यो उम्रेपछि कहिल्यै कुहिँदैन र धेरैपछि पनि खान सकिन्छ।



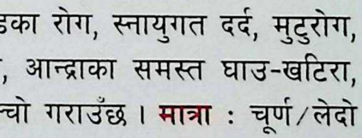
यो विश्वभरि नै पाइने च्याउ ५-२० से.मि. अग्लो हुन्छ । यो वर्षादमा पानी परी जमिन गलेपछि २-३ महिना भुइँमा चिस्यान वनहरूमा भेटिन्छ । सप्रेको मुठ्ठीभरको खाल्टा परेको खोयाभैँ हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, पिलो आउने, शरीरको कडापन, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, रससुई १० मि.लि., अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १८९९. गुच्छीच्याउ ठूलो, खोयाच्याउ, Big Morel Mushroom, *Morchella vulgaris* (Family : Morchellaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विश्वभरि नै पाइने च्याउ १०-५० से.मि. अग्लो हुन्छ । यसको खाल्टा परेको खोयाभैँ हुन्छ । प्रयोग हुने सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, अपस्मार, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, स्नायुगत दर्द, मुटुरोग, मर्किएको, ज्यानदर्द, गर्भाशयरोग, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा, गतिशील अङ्गका संकुचन-कडापन, सङ्ग्रहणी, विषादि कुप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९००. गुच्छी-छोहराच्याउ, Morel Mushroom, *Morchella esculenta* (Family : Morchellaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विश्वभरि नै पाइने च्याउ छोकडा फलसमान अग्लो । यो वर्षादमा पानी पर्नासाथ २-३ महिना भुइँमा चिस्यान वनहरूमा भेटिन्छ । सप्रेको मुठ्ठीभरको छोकडाको समान खाल्टा परेको हुन्छ । प्रयोग हुने सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर,

प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, ठोक्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, आन्द्राका समस्त घाउ-खटिरा, गतिशील अङ्गका संकुचन-कडापन, विषादि कुअसर, केमिकल कुप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। गुच्चीच्याउमा पाइने **रासायनिक तत्त्वहरू** : जलांश ८९.०७%, प्रोटिन ३.५९%, कार्बोहाइड्रेट ५.७३%, तेलीयपदार्थ ०.२७%, क्याल्सियम, फलाम, फस्फोरस, भिटामिनहरू आदि । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९०१. गुलाफ हिमालीसुनौलो, स्वर्णगुलाब, Rosa Sericea Sewe (Am), Himalayan Golden Rosa Plant

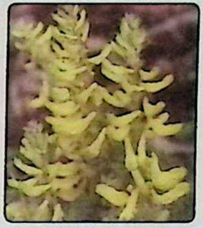
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको ३६००-४६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट लामो लहरा, पात संयुक्त चेप्टो, डाँठमा काँडा रातो, फूल सुनौलो फुल्ने, गोलाकार राता फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो बीज र फूल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मिर्गौला/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले थाइराइड, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० र गुलाबजल ३० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, गुलाबजल १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९०२. गुयलोच्याउ, सप्याकमुगान, Gunyalo Mushroom, White Fungus Sapyak Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वैशाख-असारतिर वर्षादमा सुकेको ठूटोमा मिल्छ । यो १०-३० से.मि. अग्लो, सेतो वर्णको हुन्छ । प्रयोग हुने सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, हृदयाघात, रक्तविकार, रक्तको कमी, हाड-ढाडका रोग, मूत्ररोग, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई

५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९०३. गुड्डु सर्पो, गुड्डुरेकोन, **Gudue Serpo (Am),** ***Corydalis megacalyx*** (Family : Papaveraceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३६००-५६०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-१५ से.मि. अग्लो भुँइझार, पात गोलाकार सानो, सुनौलो फूल, जरा पहेँलो, मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो दुर्लभ बुटी भनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, रुघा, पिनास, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, कलेजो सुक्ने, गलाघाँटीका रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, छालाका रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पित्तज्वर अम्लपित्त इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९०४. गुद्धरगानो दूधे सेतो, श्वेतगुणकन्द, गुमरग्याना, गर्ज्यागानो सफेद, **White Milky Useful Guddar Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-२५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-१०० फिट लामो लहरा, पात गोलाकार, फूल सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र मसिना बीज, फेदमा ठूलो दूधेगाना हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने र तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदबद्धक, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भरक्षक, मदकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तक्यान्सर, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, कामला, हेपाटाइटिस, यौनरोग, अङ्कुे -रिङ्कुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, अतिनिद्रा, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र कन्दस्वरससुई २-५ मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम एक पटक ।

### १९०५. गुद्धरगाना रातो, लाल गर्ज्यागानो, गुमरग्याना, रक्तगुणगन्ध, **Red Blood Gudder Gano Plant**

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको १५००-३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-१०० फिट लामो लहरा, पात गोलाकार, फूल रातो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज, फेदमा रगतसमान रातो गाना हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने र तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, धातुउपधातुशोधक, पारदबद्धक, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक, यौनरोहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, कामला, हेपाटाइटिस, यौनरोग, अङ्कुसे-रिङ्कुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, अनिद्रा, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप,

रक्तक्यान्सर, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, कन्दस्वरससुई २-५ र बीज तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम एक पटक।

### १९०६. गुँयली मसिनु, नानग्याली, Oleaster Plant, Oleaster Small Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-२५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो बोट, पात हरियो उल्टोतिर सेतो, गोलाकार रातो रसिलो फलभित्र बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्ताल्पता, रजवीर्यदोष, पित्तवृद्धि, मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, रक्तपित्त, शोथ, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने, कब्ज, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, फल १०-५० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो वा मह ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### १९०७. गुह्यकाठ सानो, Guhya Kath, Stool Wood Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १०००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो ८-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो फूल सेतो फुल्ने, गोलाकार पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो गन्हाउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, व्रणरोपक, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, अर्बुद, मधुमेह, रक्तदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, लुत्तो, दादुरा, दम-खोकी, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १९०८. गुह्यझार गन्हाउने बुटी, दुर्गन्धित वनस्पति, Guhya Jhar, Bad Smell Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो एक फिट अग्लो, पात डल्लो, फूल सेतो फुल्ने, जरा सेतो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो गन्हाउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो दुर्गन्धित, पित्तनाशक, कफघ्न, चर्मरोगहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, वेदनानाशक, व्रणरोपक, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुवी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तदोष, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, अपच-अजीर्ण, आउँ-पखाला, दम, खोकी, मोटोपन, उदरकृमि, दादुरा, लुतो, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १९०९. गुराँस पत्रदण्डमा झुस हुने, लालीगुराँस, रक्तगोरांश, बुराँस, **Nepal National Hairy Flower,** ***Rhododendron barbatum*** (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुका १८००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, चम्किलो रातो फूल हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बोक्रा र पात । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो-मीठो, बोक्रा टर्रो-तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुस पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद, रक्तरोग, गलग्रन्थिको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो फूल काँचै खाने चलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

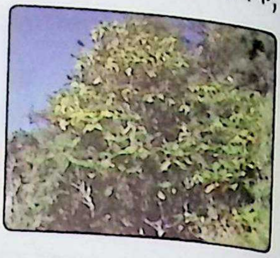
### १९१०. गुराँस गर्मीको, चिल्सी, **Tropical Rhododendron Plant**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल नीलो-बैजनी रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, रगतविकार, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला, दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, छालाको कडापन, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद, रक्तरोग, गलग्रन्थिको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९११. गुराँस सेतो, होचो सफेदलालीगराँस, श्वेतबुराँस, **White Rhodendron Plant, *Rhododendron auriculatum*** (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, यो ८-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल सेतो रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मीठो र अन्यभाग टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक,

व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, दम-खोकी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, गलग्रन्थिको रोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, छालाको कडापन, अनुहारको डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### १९१२. गुराँस गाढा रातो, लालीगराँस, लालबुराँस, रगते फुल्ने, **Blood Rhodendron, National Flower of Nepal**, ***Rhododendron arboreum*** (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, यो ३० -५० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल रगत रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, गलग्रन्थिको रोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, छालाको कडापन, दाग, मुटुको कडापन, छिटो धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९१३. गुराँस सुनौलो फुल्ने, **Honeysuckle Golden Azalea Plant**, ***Rhododendron luteum*** (Family : Ericaceae)

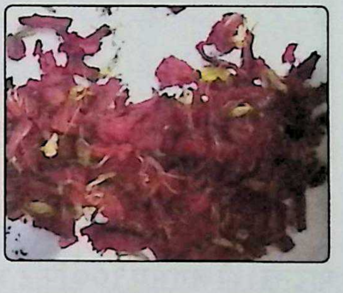
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल पहेँलो रङको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो र मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, रक्तरोग, गलग्रन्थिको रोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा,

रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९१४. गुराँस बैजनी फुल्ने, **Purple Alpine Rhododendron Plant,** ***Rhododendron canadense*** (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल बैजनी रङको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो र मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, रक्तरोग, गलग्रन्थि रोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९१५. गुराँस गुलाबी शीतोष्णको, **Alpine Rose–Rhododendron Flower,** ***Rhododendron ferrugineum*** (Family : Ericaceae)

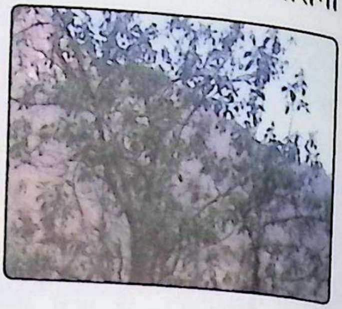


**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल रातो रङको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, पुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीका रोग, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवाथ, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, रक्तरोग, गलग्रन्थिको समस्या पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, छालाको कडापन, डन्डिफोर, दाग, मुटुको कडापन, छिटो धड्कन बढ्ने, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९१६. गुयाँलो रूख, गुएलो, गुयालो, **Guyanlo Small Tree**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो गर्मी क्षेत्रको पहाडी बेँसीहरूमा कच्चा वा अति कमजोर रूख, लाम्चो पात उल्टोतर्फ सेतो रङको गुयँलो हुन्छ र घाँस र दाउराका रूपमा प्रयोग

गरिएको भेटिन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात सेतो फुस्रो लाम्चो परेका, कमजोर हाँगाबिँगा, फलमा मसिना बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगाँड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मधुमेह, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, श्वासरोग, पेटमा पानी भरिने, गर्भाशय खस्ने, गलाका रोग, मोटोपन, गानोगोला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।



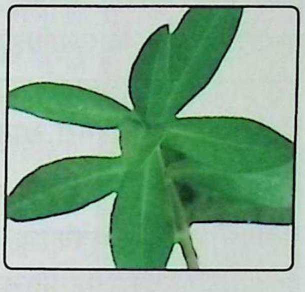
### १९१७. गुटेल सानो, गोटाल, Gutel Plant, Trewia nidiflora

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो लगभग १०-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फलमा बीज तेलीय हुन्छन्। यो काठ काँचै बल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मीठो, अन्यभाग टर्रो परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, सङ्कोचक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, सङ्ग्रहणी, श्वास-प्रश्वास समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १९१८. गुलीकदम, टिकुल, टिकुली, खिइम, कैम, फाल्दु, True Kadam Kaim Tree, *Mitragyna parvifolia* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्म पाइन्छ। यो लगभग १०० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, फलभित्रबीज अण्डाकार तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मीठो, अन्य भाग टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, सङ्कोचक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, सङ्ग्रहणी, श्वास-प्रश्वासरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १९१९. गुदरेसाग, गुद्री, पानीलुँडे, लोणिका, **Sessile Joyweed, Dza La Pi Pi La, Water Amaranth Plant, *Alternanthera sessilis*** (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-१०० से.मि. अग्लो, रातो डाँठ, आँख्लाबाट दुवैतिर गएका अण्डाकार पात, फूल बालामा सेतो फुल्छ, भुसे फलभित्र रातो गेडा तेलीय बीजहरू, जरा राता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र चिप्लो केही टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर, गर्भपोषक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, आन्द्राको सुक्खापन-कोष्ठबद्धता, उदरशूल, हृदय-कलेजोरोग, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, नेत्ररोग, रक्तविकार, मधुमेह, पाचनशिथिल, टाउको दुखाई इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, जरास्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग/दाल ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९२०. गुन्द्रुक, सिन्की, पात्या, **Nepali Natural Gundruk Ras**

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा बनाउन सकिन्छ । यो सागलाई कुहाएर दिनदिनै रस निचोरेर विनाअग्नि उमालेर फ्याँक्ने पद्धति हो । विभिन्न सागका छिप्पिएका वा कलिला पातहरूलाई हावामा सुकाई कुटेर माटो/बाँस/ढुङ्गा/काठ अथवा कुनै भाँडामा खाँदी टपराले छोपी ढुङ्गाले चेपेर दिनमा घाममा र रातमा अग्नि जलाएको उष्णस्थानमा ३-१० अहोरात्र निकालेर पुनः पुनः नसुकुन्जेल सुईको तापमा राख्दा झुम्रुङ्ग धूलो हुन्छ जसलाई गुन्द्रुक धूलो भनिन्छ । यसलाई पात गुन्द्रुक बनाएर राखेमा सागको रुपमा धेरै प्रयोग हुन्छ । यो ३ दिनरातभरको कम अमिलो र ५-१० रातदिनको ज्यादै अम्लीय बन्छ । यो प्लाष्टिकमा नराखी सुरक्षित भाँडामा भण्डारण गर्दा वर्षभरिलाई पुग्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो वा अमिलो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक, विषघ्न, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दाग, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : गुन्द्रुक १०-२० ग्राम पकाएको तरकारी वा अचार वा चटनी वा मिश्रित, काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

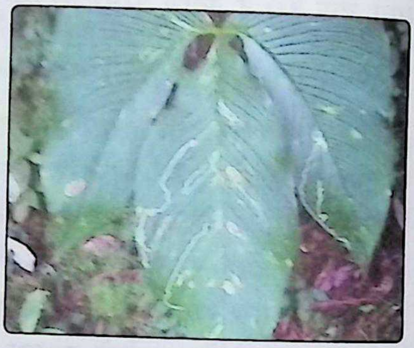
### १९२१. गुर्बो तीनपाते, त्रिपर्णी कन्दला, त्रिशूलगुर्बो, **Trisul Gurbo Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यसको पात तीन थोप्ले गुर्बोभन्दा ठूलो र तीनपाते हुन्छ । यसका कन्दहरू धेरै रहन्छन् । यो १-३ फिट अग्लो, एक फिट लामो त्रिशूलाकारका

पात, कलिलो मुना मुलायम डाँठ, छिप्पएको गानो बाहिर भुत्लाभित्र सेतो रसिलो चोपिलो, १-५ किलो वजनका हुन्छन् । यसको कलिलो मुनाको साग-तरकारी खाने चलन छ । धेरै वर्षको छिप्पिएको गानो विषसमान हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, वातव्याधिहर, शोथघ्न, कृमिमारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर, मदकारक मानिन्छ । यो पञ्चगव्य वा खरानीमा शुद्ध गरी खानुपर्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले रगतस्राव, दाग, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, गोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानालाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा स्नायुतन्तु, जोर्नीवाथ, छालाका रोगमा अचुक लाभ दिन्छ । गानालाई गोमूत्रमा बफाएर सुकाई निर्दोष अमृतवर्गका औषधिमा दशभाग मिसाएर खाँदा सर्वरोग नाश गर्छ, पक्षाघात र अर्बुदरोगमा समेत लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा :** काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

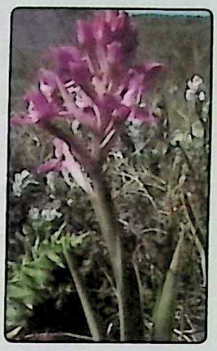
### १९२२. गुर्बो तीनथोप्ले, Gurbo Teen Thople, Three Drop Leaf Plant, Three Spot Leaf



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो त्रिशूलगुर्बोभन्दा ठूलो र तीनथोप्लेपाते हुन्छ । यसका कन्दहरू धेरै रहन्छन् । यो १-३ फिट अग्लो, पातमा तीलजस्तो थोप्ला परेको करबीरझैं १ फिट लाम्चो कलिलो मुना मुलायम डाँठ, छिप्पएको गानो बाहिर भुत्ला र भित्र सेतो रसिलो चोपिलो २-७ किलोको वजन हुन्छ । कन्दको तल्लो भागमा तेलसमान लस्सा रहन्छ । यसको कलिलो मुनाको साग-तरकारी खाने चलन छ । यसको धेरै वर्षको छिप्पिएको गानो उपविषसमान र हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, शोथघ्न, कृमिमारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, बृक्कहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न, चर्मरोगहर, मदकारक, बलकारक मानिन्छ । यो पञ्चगव्य वा खरानीमा शुद्ध गरी खानुपर्छ ।

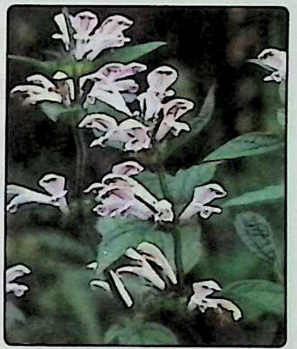
**औषधीय उपयोग :** यसले रगत बगेको, दाग परेको, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदरशूल, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, मुखपाक, पत्थरी, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्ताल्पता, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, मधुमेह, मुटु र मिर्गौला सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको गानालाई घ्यू/तेलमा डढाएर मालिस गर्दा स्नायुतन्तु, नसावात, जोर्नीवाथ, छालाको रोगमा अचुक लाभ दिन्छ । यो गानालाई गोमूत्रमा बफाएर सुकाई निर्दोष अमृतवर्गका औषधिमा दशभाग मिसाएर खाँदा सर्वरोग नास गर्छ, पक्षाघात र सर्वाङ्गवात, एचआईभी/एड्स, अर्बुदरोगमा समेत लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा :** काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९२३. गुभो सुनाखरी गुलाबी, Pink Orchid, *Chusua roborowskii* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, २०-५० से.मि. अग्लो, हरियो डाँठ, चेप्टो पात ४-१० से.मि. लामो, फूल गुलाबी फुल्छन् फुस्रे जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग :** समस्त भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९२४. गुमा सेतो फुल्ने, द्रोणपुष्पी प्याजीपुष्प, White Oriental Mother Wort, *Leonurus macranthus* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३०-१०० से.मि. अग्लो, पात लामो त्रिशूलाकार र भालाकार, सेतो वर्णको फूल काण्डमा फुल्छ, पुष्पछिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वाद कटु-कषाय हल्का मिठो लाग्छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कण्ठशुद्धिकर, चाँदी भस्मकारक, पित्तसारक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, खोकी, दम, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, गृध्रसी, यकृत-प्लीहावृद्धि, श्वासरोग, आउँ-पखाला, कामला, गानो, कलेजोज्वर-हेपाटाइटिसहरू, वातप्रकोप, अर्श, दाद, दुबी, दादुरा, कुष्ठ, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** वटी २-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९२५. गुभो सुनगाभो, Pink Orchid, *Cleisostoma racemifarum* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका १४००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, २०-५० से.मि. अग्लो, १०-१५ से.मि. अग्लो काण्ड, हरियो डाँठ, चेप्टो पात २०-३० से.मि. लामो, फूल सेतो बालामा फुल्छन् फुस्रे जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग :** समस्तभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**१९२६. गुच्छे कोदो वनेलु, कोदी, Tufted Sedge Plant, *Carex elata* (Family : Cyperaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, धेरै गाँजिन्छ, पात लामा-भालाकार साँगुरो, बालामा लमतन्य फूल, गुच्छादार फल लाग्छ, छिप्पिएपछि बीज ठूला लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । यो कोदो समान हो । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, पिनासनाशक दर्दनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्त्वको कमीमा उपयोगी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्त्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ठण्डिज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**१९२७. गुड्डी पाँचऔंले, पञ्चऔंले गाढा गुलाबी, Purple Dactylorhiza Plant, Northern Marsh Orchid, *Dactylorhiza purpurella* (Family : Orchidaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ठण्डाक्षेत्र उत्तरी मोहडाका लेक १५०० मिटरदेखि शीतोष्ण हावापानीको ४५०० मिटर उचाइसम्म पाइन्छ । यो मलिलो हल्का कालो माटोमा पैदा हुन्छ । यो १५-५० से.मि. अग्लो, मुलायम लाम्चो पात, गुलाबी फुल्ने, जरामा पञ्जासमान पाँचऔंला हुन्छ । यसको स्वाद मीठो र चिप्लो, स्वभाव शीतल-शामक (शीतवीर्य) हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा (गानो), फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, गर्भस्थापक, रज-शुक्रजनक, बलकारक, रजवीर्यस्तम्भक, बुद्धिवर्धक, पुनर्यौवनदाता, जीवनीयतत्त्वरक्षक, बलकारक, सप्तधातु उत्पादक, दर्दहर, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रसरक्तवर्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, हाडको रोग, जोर्नी दुख्ने, वीर्यदोष, बाँझपन, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, लिङ्गशिथिल-नपुंसकता, चोट/ठोक्किएको, सुन्निएको, पेट पोल्ने, मस्तिष्कका स्नायुशिथिल-मानसिकरोग, बुढयौलीरोग, आन्द्राका घाउ, मृगौला र मुटु सुक्नेरोग, कुपोषण, मासिकअधर्म, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । यसको मिहिनलेप घाउचोट र दर्दमा लगाउँदा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१९२८. गुमा कलेजी फुल्ने, द्रोणपुष्पी प्याजीपुष्प, Purple Mother Wort, Oriental Motherwort, *Leonurus japonicus* (Family : Lamiaceae)**

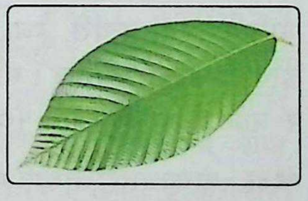
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ६०-१०० से.मि. अग्लो, पात लामो-भालाकार वा त्रिशूलाकार, कलेजी वर्णको फूल काण्डमा फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वाद कटु-कषाय हल्का मिठो लाग्छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, पत्थरीहर, कण्ठशुद्धिकर,

चाँदी भस्मकारक, पित्तसारक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, खोकी, दम, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, गृध्रसी, यकृत-प्लीहावृद्धि, श्वासरोग, आउँ-पखाला, कामला, गानो, कलेजोज्वर-हेपाटाइटिसहरू, वातप्रकोप, अर्श, दाद, दुबी, दादुरा, कुष्ठ, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** वटी २-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९२९. गुलमोर, गल्मोर, Flower Flame Tree, Red Flower Gulmohar Tree, *Delonix regia* (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो छिटो बढ्ने, रताइलो चैत्र-वैशाखमा रातो फुल्ने, कमजोर हाँगाहरू हुन्छन् । यो २०-४० फिट अग्लो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका शिरीषझैँ, फूल अति रातो, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू, पतझर हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पुष्प, बीज र पत्र । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, विषघ्न, शोथघ्न, व्रणरोपक, पुष्टिकर, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, रक्तरोगहर, मेदहर, ज्वरनिवारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, कटिवात, पक्षाघात, पित्तवृद्धि, मासिकअधर्म, कामला, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, मेदरोग, उदरशूल, रक्तपित्त, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, दम, खोकी, रक्तश्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९३०. गुर्जनी वृक्ष, अश्वकर्ण, गर्जन, चीरपत्रक, Gurjan Tree, *Dipterocarpus tuberculatus* (Family : Dipterocarpaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल रूख १००-१५० फिट अग्लो, १०-१५ फिट मोटाइ भएको, पात लाम्चो-फराकिलो १४-१८ जोडी दुवैतिर गएका धर्काहरू, फूल पुष्पमञ्जरीमा सेतो अन्तरदल गुलाबीवर्णको, फल घोडाको कानआकारको दुई प्वाँखहरू ५ अङ्गुल लाम्चो र एक अङ्गुल चौडा गोलाग्र हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-परपराउने केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, विषघ्न, वातहर, दर्दनाशक, शोथघ्न, कर्णरोग र क्षयरोगमा लाभदायक, मेदहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कब्ज, कुष्ठ, दाद, दुबी, कर्णरोग, क्षयरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, अर्श, मेदरोग, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, चोप/खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण १-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९३१. गुलियो-मीठो मधुरद्रव्यहरूबाट निर्मित चिनी, Sweetthings All are Suger, Many Plant Suger

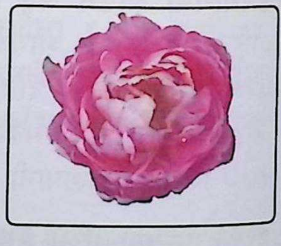
**चिनारी :** यो सदा-सर्वत्र धेरै वनस्पितिमा पाइन्छन् । हजारौं जडीबुटी/खेर गएका घाँसहरूबाट निकालिन्छ। यो गुलियो स्वादमा हुने परिपक्व सबै डाँठबाट मधुर पदार्थ निस्कन्छ। काण्ड-डाँठ, हाँगाबिँगाहरूमा नै गुलियो सङ्ग्रह हुने हुनाले प्रायः डाँठद्वारा नै पेलेर घनसत्वरस निकाली पकाएर खुदो/सक्खर/चिनी बनाउन सकिन्छ। कुनैको जरा र कुनैको डाँठ चाख्दा-चुस्दा यदि गुलियो लाग्यो भने चिनी धेरै वा थोरै निक्लन्छ। कुनै पनि वनस्पति छिप्पिएपछि त्यसलाई पेलेर स्वरस वा रस सङ्ग्रह गरी पकाई उत्पादन गर्नुपर्छ। **जस्तै :** खरी,

दूधेखरी, बन्सो, फुर्के, घुँडेबन्सो, दूबो, घोडेदूबो, सिरु, काँश, कुरिलो, मुसली, कुश, कायबन्सो, मोथे, काउनु, कोदो, धान, मकै इत्यादि हरेकबाट रस निस्कन्छ । ऋतुअनुसार जे-जुन चीज अगाडि छ, नजिक वरिपरि नै स्थानीयसाधन-स्रोत बमोजिम घाँसपात/अन्न/वनस्पतिका द्रव्यांश घनसत्वसार निकाली खुदो, सक्खर, रातो चिनी, निकाली लाभ लिनुपर्छ । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद गुलियो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतकारक, पोषक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, बलकारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, मूत्रल, पत्थरीहर, स्मृतिदायक, तृप्तिदायक, मृदुरेचक, निद्राजनक, व्रणरोपक, उच्चतनावहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : कुनै पनि खुदो/शक्खर/चिनीले रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, दुब्लो-पातलो, मूत्रकृच्छ्र, रक्तस्राव, प्रदर, ज्वर, मासिकअधर्म, तनाव, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, स्मृतिह्रास, गतिशीलअङ्ग सुक्खाराम, जिब्रो-मुखका घाउहरू, अनिद्रा, दम, खोकी, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चिनी ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १९३२. गुलाबको जीरा, गुलाब फलभित्रको बीज, Rose Seeds, Rose Fruits Seeds Plant

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । सयौं गुलाबलाई हजारौं प्रजातिका बनाएर लगाई फूलको महक लिने अत्तर छर्कने मात्र नभएर फलभित्रको दानालाई सुकाएर राखी खाजा-खाना पेयका रूपमा वा पोषणका लागि मिश्रण गर्ने अथवा चुस्नका लागि उपयोग गरिन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो-अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, अग्निकारक, पुष्टिकर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, ऋतुधर्मनियामक, निद्राकर, अस्थिसन्धानक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, आउँ-पखाला, रक्तातिसार, आँखाको रोग, धातुस्राव, शिथिल फोक्सो र निस्क्रिय हृदय, गर्भाशय विकार, योनिदोष, रजःवीर्यविकार, अपच, अजीर्ण, मन्दाग्नि, प्रदर, अस्थिरोग, मासिकअधर्म, पत्थरी, हैजा, अनिद्रा, जोर्नीवाथ, आमवात, जिब्रो-मुखका घाउ, कमलपित्त, रक्तपित्त, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ५-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ४० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १९३३. गुलाबअत्तरी, तरुणी गुलाब, चारुकेशरा, Most Scented Rose Flower, *Rosa centifolia* (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो शाखाहरू कण्टकयुक्त, पात संयुक्त चेप्टो, फूल गुलाबी रङको बास्नादार, अण्डाकार फलभित्र रातो गुदी रस र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद तितो-केही मिठो-हल्का टर्रो र पराउँछ, स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, शोथघ्न, दुर्गन्धनाशक, नेत्रशक्तिदायक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, ज्वरघ्न, बलकारक, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, रक्तरोग, रक्तदोष, रक्ताल्पता, चर्मरोग, आँखा र हृदयरोग, मस्तिष्काघात, रजःवीर्यदोष, आमवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, अर्श, ज्वर, शारीरिक पीडा, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/गुलकन्द ५-१० ग्राम, फल/फूल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

**१९३४. गुलाब ठूलो थुङ्गा हुने, राजतरणी, Big Rose Flower, *Rosa moschata* (Family : Rosaceae)**

**चिनारी** : यो ३५०० मिटरसम्मको उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-१०० फिटको झ्याङ, चेप्टोपात, ठूलो सेतो थुङ्गामा फुल्ने केशर पहेँलो बास्नादार, हाँगाहरूमा तिखो काँडा, लाम्चो रातो फलभित्र रसगुदी र तेलीयबीजहरू हन्छन् । यसको स्वाद तितो-केही मिठो, हल्का टर्रो-परपराउने र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तशोधक, व्रणरोपक, नेत्रशक्तिदायक, हृदयहितकारी, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, वातहर, रक्तरोगहर, चर्मरोगसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, रक्तदोष, आन्द्राको घाउ-खटिरा, हृदयरोग, गाँठा-गिर्खा, रक्तपित्त, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, छालाको रोग, रक्तरोग, दम, खोकी, क्षयरोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल/फूल १-३ वटा, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, खोटो/अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१९३५. गुडमार दूधे बाक्लापाते, मधुनाशिनी, मधुमार, दूधलता, चिनीघटाउ लहरो, Sugar Destroyer Milky Plant, Thick Leaved Sugar Cut Creeper, Diabetes Killer Plant, *Gymnema sylvestre* (Family : Apocynaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १००-३०० फिट फैलिने विशाललता, पराश्रयी, बहुवर्षायु, दूधे, दुवैतिर गएका बाक्लापात सेतो-रोमश २-३ इन्च लाम्चो र १-२ इन्च चौडा अण्डाकार मुलायम, शरद ऋतुमा पहेँलो-हरियो फुल्ने, फल शीतकालमा २-५ अङ्गुल लाम्चो भालाकार फल २/२ लाग्छन् र भित्र रुई र चेप्टा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **यसको परीक्षा** : यो खाएर चिनी/सक्खर/मह वा गुलियो मुखमा राख्दा-खाँदा गुलियो हुँदैन र मुख तीतो नै भइरहन्छ, मिठो/मीठो स्वाद आउँदैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो र केही परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, मेदहर, यकृतपुष्टिकर, ज्वरघ्न, वामक, गर्भाशय/हृदय/यकृत उत्तेजक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, उच्चरक्तचाप र मधुमेहनाशक, मृदुरेचक, शोथहर, कृमिमारक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, इक्षुमेह, प्रमेह, मोटोपन, कलेजोरोग-हेपाटाइटिसहरू, कामला, पित्तवृद्धि, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, जलोदर, सर्पदंश, विषप्रभाव, पेटका कृमि, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूधसुई ३-५ थोपा, लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, स्वरससुई २-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, पात १-५ वटा २-३ पटक ।

**१९३६. गुल्मोहर अति रातो-सुनौलो गुलतुर्रा, Gold Mohar Flower, Feng Huang Hua, Flame Tree, Royal Poinciana, *Delonix regia* (Family : Fabaceae)**

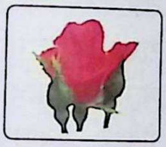
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यम आकारको वृक्ष ३०-५० फिट अग्लो, पात संयुक्त ६-९ इन्च लाम्चो दुवैतिर गएका, फूल रातो-सुनौलो आगाको ज्वालासमान, कोसामा लाम्चो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको वृक्ष कमजोर हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, बीज, बोक्रा र पात । स्वाद बीज र पुष्प टर्रो-मिठो र अन्यभाग केही तितो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, विषनाशक, व्रणसुधारक, केशरक्षक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मृदुरेचक, वातव्याधिहर, रक्तवर्द्धक, कफनिस्सारक, कण्ठशुद्धिकर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, गलफुले, अम्लपित्त, कामला, घाउ-खटिरा,

गाँठा-गिर्खा, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तस्राव, कब्ज, अर्श, आमवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, मुखपाक, चर्मरोग, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, हैजा, आउँ-पखाला, अजीर्ण-अरुचि, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीजतेल १० र फूलस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, बीज वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, तेल मालिस ३-५ पटक।

**१९३७. गुल्मोहर सेतो, सफेद गुलतुर्रा, कृष्णचूडा, श्वेतगुलमौर, Cream Peacock Flower, White Poincian Tree, *Delonix elata*** (Family : Fabaceae)

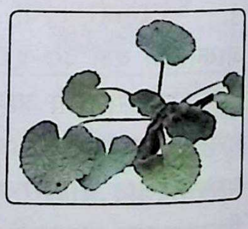
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पतझर, ३०-६० फिट उचो, पात दुवैतिर गएका संयुक्त ६-९ अङ्गुल लाम्चो १२-१५ जोडी, फूल सेतो, घिउसमान केशर लाम्चो रातो, लाम्चो कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। यसको बोट कमजोर हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, फूल, केशर, पात र बीज। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो र टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, कफघ्न, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, सारक, व्रणरोपक, विषघ्न, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, दम, खोकी, श्वासरोग, कामला, रक्तदोष, रक्तस्राव, फोक्सो/गर्भाशयशोथ, मासिकअधर्म, प्रदर, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीज तेल १० मि.लि., बीजवटी १-२ वटा ३-५ पटक।

**१९३८. गुलाब रगतसमान, दोहोरीगुलाब, रक्तगुलाब, Double Shrub Rose, Knockout Rose Plant, *Rosa radrazz*** (Family : Rosaceae)



**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो र लाम्चो रातो गुलाबको पुष्प १८-२४ पत्र हुन्छन्, च्यापच्याप लाग्ने दुवैतिरबाट पिटामार गरेझैँ, पात चेप्टो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र बीज। यसको स्वभाव उष्ण शामक हुन्छ र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो फुफ्फुसपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, ज्वरनिवारक, उदररोगनाशक, कफनिस्सारक, वातपुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मूत्ररोग, रक्तरोग, रक्तस्राव, आन्द्राको घाउ, मुखमण्डलका खटिरा, सुक्खाराम अर्बुद, पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कामला, कलेजोरोग, ज्वर, उदरशूल, दम-खोकी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

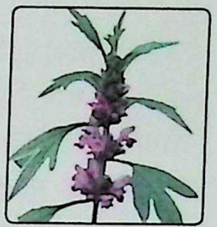
**१९३९. गुलखैरा, चित्रसेवती, Bristly Hollyhock Plant, *Alcea setosa*** (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो बहुवर्षायु, पात गोलाकार ठूलो-फराकिलो, ८-१२ फिट अग्लो, चेप्टो पात, केही हाँगाहरू काण्ड रोमश, फूल प्याजी रङको थुङ्गामा, अण्डाकार फलभित्र काला चेप्टा तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, सङ्कोचक, श्वासरोगहर, उदररोगनाशक, व्रणरोपक, क्षयहर, वातहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, क्षयरोग, जलोदर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तविकार, गर्भाशयशोथ, श्वासरोग, कफवृद्धि, फोक्सोशोथ, रक्तरोग, जलन, आन्द्राको घाउ, चोटपटक, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, चिसो-रुघा, टाउको दुख्ने इत्यादि

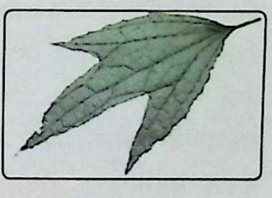
सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### १९४०. गुमा प्याजी फुल्ने, द्रोणपुष्पी प्याजीपुष्प, **Motherwort Plant, Honey Weed,** ***Leonurus sibiricus*** (Family : Lamiaceae)



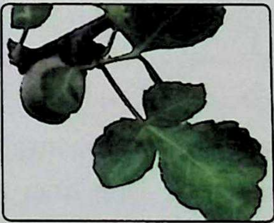
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-८० से.मि. अग्लो, पात लाम्चो-बेलनाकार-कुनै पात तीनभागमा विभाजित, प्याजी वर्णको, फूल काण्डमा फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वाद कटु-कषाय हल्का मिठो लाग्छ। स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कण्ठशुद्धिकर, भस्मकारक, पित्तसारक, रेचक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, खोकी, दम, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, गृध्रसी, यकृत-प्लीहावृद्धि, श्वासरोग, आउँ-पखाला, कामला, गानो, कलेजोज्वर-हेपाटाइटिसहरू, वातप्रकोप, अर्श, दाद, दुबी, दादुरा, कुष्ठ, मुखपाक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : वटी २-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

### १९४१. गुमात्रिशूलपाते, द्रोणपुष्पी त्रिशूलधारी, **Motherwort, Lions Ear Plant,** ***Leonurus cardiaca*** (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ५०-१०० से.मि. उँचो, पात त्रिशूलसमान, काण्डमा निलो-सेतो फुल्ने, त्रिकोणाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा सेता धेरै फैलिएका हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वाद कटु-कषाय लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, ज्वरघ्न, ऋतुधर्मनियामक, विषघ्न, चर्मरोगहर, रेचक, कण्ठशुद्धिकर, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पाण्डु, कामला, उदरशूल, गानो, सर्पदंश, श्वासरोग, आँखारोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, पिनास, क्षयरोग, जलोदर, शिरशूल, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिस, मोटोपन, अर्श, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बलेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १९४२. गुग्गुलबोट अफ्रिकी, **African Myrrh Plant,** ***Commiphora africana*** (Family : Burseraceae)



**चिनारी** : यो अति गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा टेढोमेढो काँडाहरू भएको, पात निमपत्रसमान, फूल सानो रातो वर्णको ४-५ दलयुक्त, फल लम्बगोल मांसल पाकेपछि रातो, तेलीयबीजहरू, गर्मीमा चोप निक्लन्छ। पाका वृक्षहरूमा घाउ बनाएर सधैँ चोप निकाल्न सकिन्छ। यसको स्वाद कटु-कषाय लाग्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, शोथघ्न, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, रसायन, योगवाही, व्रणसुधारक, अस्थिपोषक, धातुवर्द्धक, रज:वीर्यजनक, बलकारक, अतिश्रमहर, मेदहर, शोथघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले शोथ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, दम, खोकी, आन्द्राका खटिरा, पेटको घाउ, हाडको रोग, रज:वीर्यदोष, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्शको गाँठो, गृध्रसी, आमवात, ढाड-कम्मर दर्द, जलोदर, कफग्रस्त

दम-खोकी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

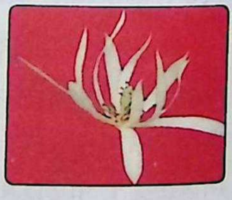
**१९४३. गुवारी, गुवार, गौराणी, बुर्ती, Cluster Bean Plant, *Cyamopsis tetragonoloba*** (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ६-१२ फिट अग्लो, चेप्टोपात, रातो-सेतो भन्टारङको फुल्ने, लाम्चो कोसामा फलभित्र ६-१२ तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, पुष्टिकर, बलकारक, उदररोगमा लाभदायक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, दम, खोकी, पित्तवृद्धि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गानो, उदरशूल, पिनास, मुखपाक, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चोप धूलो १-३ ग्राम, साग-तरकारी/दाल/उसिनेको/बफाएको २०-१०० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोले/लेदो/रस/झोल/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक।

**१९४४. गुलु, कुलु, ओड्ला, Gum Karaya Tree, *Sterculia urens*** (Family : Malvaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीको बालुवा-ढुङ्ग्यानमा पाइन्छ। यो मध्यमआकारका वृक्ष, सदा हराभरा रहने, बोक्रा मुलायम सेतो, पात ९-१८ अङ्गुल व्यास-५ कुने पृष्ठभाग सेतो मसिना रौं भएको, फूल हरियो-सेतो केशर रातो, फल गोला रोमशभित्र ३-६ तेलीयबीज रत्तीसमान, जरा रातो, बसन्तमा पतझर हुन्छ। शीतकालमा यसको बोक्रा फाटिन्छ, रस झर्छ र चोप बन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोप, बोक्रा, जरा, फूल, बीज र पात। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, रक्तस्तम्भक, रजःवीर्यजनक, मलावरोधक, मृदुसारक, सन्तापशामक, पुष्टिकर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, मूत्रल मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, हैजा, दाह-छटपटी, कामला, मासिकअधर्म, व्रणसुधारक, गर्मी-सुक्खा-दम-खोकी, राजयक्ष्मा, धातुरोग, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, मिर्गौलारोग, मूत्रकृच्छ्र, कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चोप/खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज ३-५ वटा ३-५ पटक।

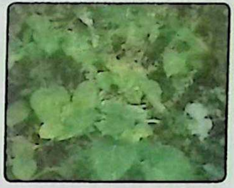
**१९४५. गुह्यचाँप सानो, गन्धकाष्ठचम्पक, Stool Champa, Wood Champak Plant, *Michelia* sp.** (Family : Magnoliaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो विशाल वृक्ष सदा हराभरा रहने, गनाउने कडा गन्धकीको, काण्डको बाहिर फुस्रो, भित्री अन्तर बोक्रा रातो एक अङ्गुल बाक्लोमा चोप निस्कन्छ, पात भालाकार एकान्तर चाम्रो पत्ता, फूल सेतो केशर पहेँला वास्नादार शरद ऋतुमा फुल्छ, फल अण्डाकार जाडोमा फल्छन्, फलभित्र गुलाबी रङको गुदीले ढाकिएका ३-४ वटा तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पुष्प, फल, पात, भित्री बोक्रा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण-हुन्छ। स्वाद मिठो-टर्रो र खाएपछि हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वेदनाशामक, कफनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, पित्तहर, नेत्ररक्षक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले वातरक्त, रक्तपित्त, जीर्ण घाउ-खटिरा, अर्बुद, कफविकार, नेत्ररोग, कण्डू, कुष्ठ, रक्तस्राव, पत्थरी, आँखाको रोग, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप

इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., फूल १ वटा, पात १ वटा, फल १ वटा, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक।

**१९४६. गुह्यशिलाम, लालअघाडा, गोलोकी, Soft Stem Mint, *Plectranthus mollis* (Family : Lamiaceae)**

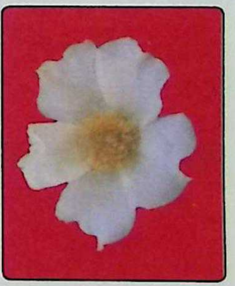


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० से.मि. अग्लो, नरम डाँठ, हृदयाकार चेप्टो पात, पुष्प सेतो, गोलो फलमा तेलीयबीजहरू, जरामा लामो सेतो कन्द हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, ब्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, स्तम्भक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, प्रमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्याष्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम, अत्तर ५ थोपा ३-५ पटक।

**१९४७. गुह्यशिलाम, पहेँलो वा निलो, लालअघाडा, गोलोकी, Heart Leaved Mint, *Plectranthus mollis* (Family : Lamiaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० से.मि. अग्लो, नरम डाँठ, हृदयाकार चेप्टो पात, पुष्प सेतो, गोलो फलमा तेलीयबीजहरू, जरामा लामो सेतो कन्द हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद बास्ना दिने मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पुष्टिकर, मूत्रल, ब्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, स्तम्भक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, प्रमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्याष्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५ थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम ३-५ पटक।

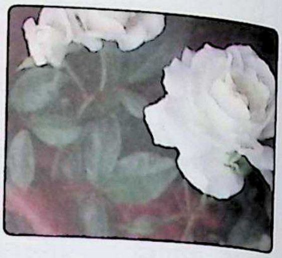
**१९४८. गुलाब सेतो केशर सुनौलो, श्वेतगुलाब, Cherokee Rose Plant, *Rosa laevigata* (Family : Rosaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, २०-६० फिट लामो लहरा, पात त्रिपत्रक चेप्टो चुच्चो दन्तुर, डाँठमा काँढा, फूल सेतो केशर पहेँलो फुल्ने, फल काँडादार अण्डकार पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र अन्य भागको स्वाद तितो बीज र फूल मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तवर्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, ब्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रजर्वीयसुधारक, वृक्कः/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गला-घाँटीका रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि,गाँठा-गिर्खा, रगतविकार, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, आमअतिसार, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुख्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी, मृगौला-मुटु सुख्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, अर्श, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप-डन्डीफोर-दाग, मुटुको छिटो धड्कंन बढ्नेमा,

रक्तश्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्प स्वरससुई १० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम, गुलाबजल ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९४९. गुलाब निख्खरा सेतो, कूजा, गुलचिनी, White Clean Rose Flower



**चिनारी** : यो ४५०० मिटरसम्मको सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, काँडादार काण्ड-हाँगाहरू, सेतो घिउ रङको फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र फल । यसको स्वाद मिठो-टर्रो र मिठो लाग्छ । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, त्रिदोषशामक, चर्मरोगहर, मृदुरेचक, व्रणसुधारक, वातव्याधिहर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । परिपक्व फूल १००० वटाको धूलो १०० ग्राम घिउ र ५०० ग्राम खुदो हाली मन्दआँचमा पकाउने अब दालचिनी, तेजपात, नागकेशर ५० ग्राम मिसाई अग्निबाट निकाल्ने, मुनक्का ५० र मह ५० ग्राम थपी घोटने जब बंगभस्म, नागभस्म, अभ्रकभस्म मिश्रणगरी चलाउने सेलाएपछि सुरक्षित ढुङ्गाको भाँडामा राख्नुपर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, स्त्रीरोग, जोर्नीवाथ, कटिवात, मुखपाक, जीर्णज्वर, दम, खोकी, क्षयरोग, प्रमेह, प्रदर, शिरोरोग, रक्तविकार, कुष्ठ, अर्श, नेत्ररोग, मुखपाक, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तरोग, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो ३-१० ग्राम १ चम्चा ३-५ पटक ।

### १९५०. गुलबाँस, सन्ध्याकली, कृष्णकेली, Marvel Of Peru, 4 O'Clock Flower, *Mirabilis jalapa*

(Family : Nyctaginaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो-अण्डाकार, फूल रातो/सेतो/कलेजी/पहेँलो वर्णको, कालो गोला फलभित्र एक तेलीय बीज, कालो वर्णको जरा बहुवर्षीय, सेतो, डाँठ रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, मृदुरेचक, वातव्याधिहर, पुष्टिकर, वाजीकर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, सङ्ग्राहक, रक्तस्तम्भक, स्त्रीधर्मपालक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, कब्ज, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, प्रदर, मासिकअधर्म, कामला, रक्तपित्त, जलोदर, रक्तस्राव, ज्वर, दाह-खुजली, प्लीहावृद्धि, फिरङ्गरोग, कण्डू, आमवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कफज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीजतेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., फल/बीज/फूल १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९५१. गुलदोपहरिया फूल, बन्धूक, गोजुनिया, Afternoon One'Clock Flower, *Pentapetes phoenicea*

(Family : Malvaceae)

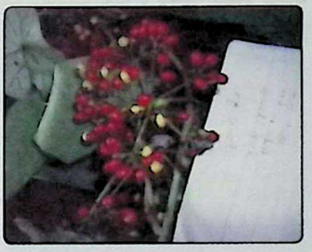
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात मुलायम किनारा काटिएका भालाकार, दोपहरमा रगतसमान फुल्ने, अण्डाकार खैरो भुसे फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेतो-खैरो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, विषघ्न, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, रोगप्रतिरोधात्मक, फोक्सो/यकृतपोषक, कफज्वरनिवारक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, मोटोपन, ज्वर,

विषप्रभाव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, कलेजो/फोक्सोरोग, मधुमेह, रक्तदोष, गानो, पेटका कृमि, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक । **सावधान** : गर्भवतीले प्रयोग गर्नुहुँदैन ।

### १९५२. गुलकन्द, फूल-मिठो, गुलाबपुष्पपत्र, Rose Petals Jam Plant

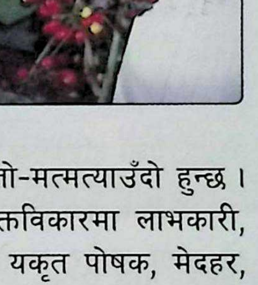
**चिनारी** : यो गुलाबको फूल र सक्खरबाट बनाइन्छ । सुईको ताप र चन्द्रमाको शीतलताद्वारा गुलकन्द बन्दछ । शक्खरको सट्टा चिनी समानभाग राखी शीत र घामतापमा सिद्ध गरिन्छ । गुल भनेको फूल र कन्द भनेको मीठो 'गुलकन्द' हो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातनाशक, पित्तहर, स्मृतिदायक, मृदुरेचक, अग्निकारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, रक्तविकारहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले खोकी, अङ्गशोथ, स्मृतिह्रास, अपच, अजीर्ण, मन्दाग्नि, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि-आन्द्राका घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, कब्ज, उच्चतनाव, रक्तस्राव, निम्नरक्तचाप, कमलपित्त, पेट पोल्ने, अर्श, रगतको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ५-१० ग्राम गुलकन्द, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९५३. गुद्धरगानो सुनौलो, स्वर्णपिण्ड, स्वर्णगुणकन्द, गुर्ज्यागानो, गुमरज्ञाना, Flatulence Cut Plant, Golden Guddargano Creeper



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बहुवर्षायु गानो हो र पात-डाँठ पलाउँछ-बढ्छ र हराउँछ । यो लहरो ठूलो भ्याङ, सानो हरियो डाँठ गोलाकार मांसल नरम पात, सुनौलो फुल्छ, सुनौला गेडाभित्र तेलीयबीज हुन्छ, जरा सुनसरी गानो विशाल हुन्छ र वर्सेनि वृद्धि हुँदै जान्छ, केही वर्षमा ५०-१०० किलो बन्छ । एकसय किलोग्राम वजन पुगेपछि यसमा सर्पहरू बस्छन् । मणि भएका नाग/सर्पका निवासस्थल बन्दछ । पुरानो गानो रेसा धेरै र अति सुनौलो वर्णको हुन्छ । सानो गानो ५-१०-२० किलोको १-३ वर्षमा बढ्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कन्द । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो-मत्मत्याउँदो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, वामक, पित्तनाशक, उदररोग र रक्तविकारमा लाभकारी, स्तम्भक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, निद्राकर, विषघ्न, यकृत पोषक, मेदहर, धातु-उपधातुशोधक, पारद संशोधन संस्कारमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कृमि, गानो, अर्श, शूल, कुष्ठ, दाद, लुत्तो-चिलाउने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अनिद्रा, सङ्ग्रहणी, विषप्रभाव, पेटको समस्त रोग, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/गेडा १-२ वटा १-२ पटक ।

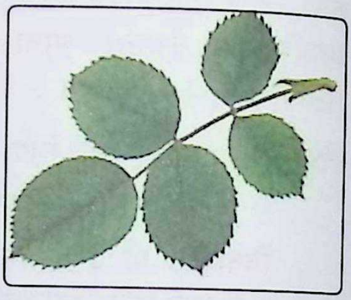
### १९५४. गुद्धरगानो पहँलो रेसादार, स्वर्णपिण्ड, गुणकन्दपीत, गुर्ज्यागानो, Flatulence Cut Plant, Yellow Guddargano Plant



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बहुवर्षायु गानो हो र पात-डाँठ पलाउँछ-बढ्छ र हराउँछ । यो विशाल लता भ्याङ, सानो हरियो डाँठ गोलाकार मांसल नरम पात, पहँलो फुल्छ, पहँला गेडाभित्र तेलीयबीज हुन्छ, जरामा गानो विशाल हुन्छ र वर्सेनि वृद्धि हुँदै जान्छ, केही वर्षमा ५०-१०० किलो बन्छ ।

एकसय किलोग्राम वजन पुगेपछि सर्पहरू बस्छन् । मणि भएका नाग/सर्पका निवासस्थल बन्दछ । पुरानो गानोमा धेरै रेसा धेरै र पहेँलो वर्णको, गानो ५-१०-२० किलोको १-३ वर्षमा बढ्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कन्द। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तीतो-मत्मत्याउँदो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मदकारक, रोगप्रतिरोधात्मक, वामक, पित्तनाशक, उदररोग र रक्तविकारमा लाभकारी, स्तम्भक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, निद्राकर, विषघ्न, यकृत पोषकारक, मेदहर, धातु-उपधातुशोधक, पारद संशोधन संस्कारमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उदरकृमि, गानो, अर्श, शूल, कुष्ठ, दाद, लुत्तो-चिलाउने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अनिद्रा, सङ्ग्रहणी, विषप्रभाव, पेटको समस्त रोग, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, वटी १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/गेडा १-२ वटा १-२ पटक।

### १९५५. गुलाब सेवती, शतपत्री गुलाब, तरुणी, 100 Leaves Rose, *Rosa centifolia* (Family : Malvaceae)

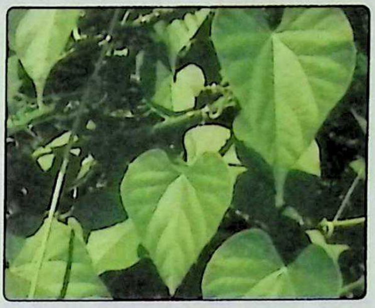


**चिनारी :** यो सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१०० फिट लामो लहरो, हाँगाहरूमा अंकुशे काँडा, दुवैतिर गएका चेप्टो पात दन्तुर रोमश फूल निलाभ-श्वेत, अण्डाकार फलभित्र प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, फल, बीज, पात । पात मिठो-टर्रो हुन्छ भने फल मीठो अनि फूल पिरो हल्का टर्रो हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तदोषहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातव्याधिहर, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जिब्रो-मुखका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, रक्तपित्त, अर्बुद, पित्तरोग, हृदयरोग, यौनरोग, हैजा, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फूल १/१ वटा, गेडा ५-७ वटा, पात १/१ वटा, बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, पञ्चाङ्ग स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., फलाम्ल ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### १९५६. गुर्जो हरियो काँडा-डाँठ भएको, हरित गुर्जो बेलो, गुरैच, बणवालतीकाँट, Greenery Amrita Plant

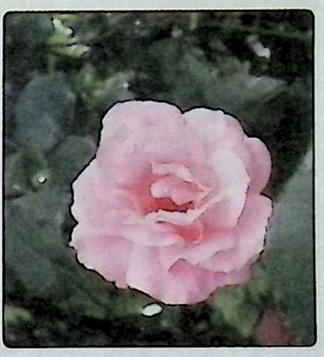
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो हाँगा काटेर सानो टुक्रा रोपी धेरै फैलाउन सकिन्छ । यो २०-१०० फिट लामो हरियो लहरो, पतझर, पात त्रिकोणे हृदयाकार, फूल हरियो-पहेँलो, गोला फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तकफ-त्रिदोषविकार निष्कासक, विजातीयद्रव्यनाशक, वातव्याधिहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, तनावहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, उच्चरक्तचाप, सर्वरक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग-पत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, सत्व २-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**१९५७. गुर्जो हरियो काँडा, हरित कण्टकगिलोय, गुरगुच, हरागुडुची, Green Tinosphora Plant, *Tinospora crispa***
(Family : Menispermaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लहरो, डाँठ काँडा भएको गाढा हरियो, पात चेप्टो हृदयाकार, मसिनो हरियो फुल्ने, गोलाकार तेलीयगेडा लाग्छन् । यसको स्वाद मिठो-हल्का टर्रो-केही चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म**: यो मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, उच्चरक्तचाप घटाउ, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, रक्तस्राव, पत्थरी, मासिकअधर्म, रक्तरोग, रक्तविकार, प्रदर, हैजा, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पिसाबको रोग, मिर्गौला सुक्खाराम, मुख-जिब्रोका घाउ, हातखुट्टा पोल्ने, पेटको जलन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ३-१०, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/घनसत्व १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

**१९५८. गुलाब पहाडी, रूखीगुलाब, Hill Dry Rose, *Rosa* sp.** (Family : Rosaceae)

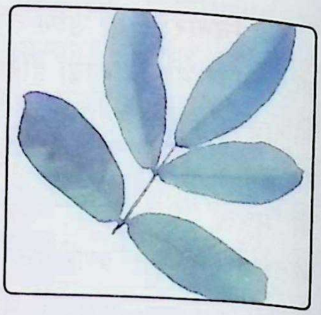


**चिनारी** : यो पहाडी सुक्खास्थानका हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-३० फिट लामो, हाँगाहरूमा अंकुशे काँडा, दुवैतिर गएका चेप्टो पात दन्तुर रोमश, फूल निलाभ-श्वेत, अण्डाकार फलभित्र प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, फल, बीज, पात । पात मिठो-टर्रो हुन्छ भने फल मीठो अनि फूल पिरो हल्का टर्रो हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तदोषहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वातव्याधिहर, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जिब्रो-मुखका घाउ-खटिरा, रक्तविकार, रक्तपित्त, अर्बुद, पित्तरोग, हृदयरोग, यौनरोग, हैजा, रक्तस्राव, प्रदर, प्रमेह, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फूल १/१ वटा, गेडा ५-७ वटा, पात १/१ वटा, बीज चूर्ण ५-१० ग्राम, पञ्चाङ्ग स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., फलाम्ल ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**१९५९. गुग्गलु, सानो गोकुलधूप, देवधूप, गुगल, Small Gugul Plant, Gum Guggul Plant, *Commiphora wightii***
(Family : Burseraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, साना हाँगाबिँगाहरू, पहेँलो फुल्ने, गोला तेलीयगेडा लाग्छन्, चोप निक्लन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने कटु-हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातघ्न, शोथघ्न, वेदनाशामक, पीडान्तक, मेदमज्जाकारक, अर्बुदहर, मल अवरोधक, कफघ्न, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, नसारोग, आमवात, पक्षाघात, अर्बुद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, सुन्निएको, नसावात, पीडा, अङ्ग दुख्ने इत्यादि सन्चै गराउँछ । **मात्रा** : चोप १-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण २-३ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

**१९६०. गुगगलु सेतो, सफेदगोकुलधूप, श्वेतदेवधूपगोकुल, Small White Gum Guggul Plant, *Commiphora* sp.** (Family : Burseraceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, काण्डसार सेतो, पात चेप्टो केही लाम्चो, साना हाँगाबिँगाहरू, सेतो फुल्ने, गोला तेलीयगेडा लाग्छन् र चोप सेतै हुन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने कटु-हल्का टर्रो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातघ्न, शोथघ्न, वेदनाशामक, पीडान्तक, मेदमज्जाकारक, अर्बुदहर, मल अवरोधक, कफघ्न, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, नसारोग, आमवात, पक्षाघात, अर्बुद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, सुन्निएको, नसावात, पीडा, अङ्ग दुख्ने इत्यादि सन्चै गराउँछ । **मात्रा** : चोप १-३ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., चूर्ण २-३ ग्राम, भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

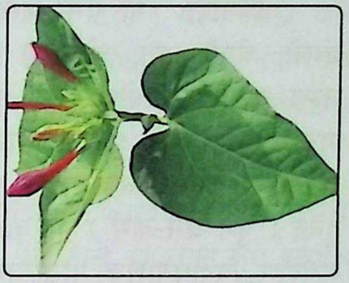
**१९६१. गुलाब सदाबहार फुल्ने-फल्ने, कुब्जक, कूजा, देवतरुणा, Wild Rose All the time Flowring-Fruitings, *Rosa alba*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-५० फिट लामो लहरो , कण्टकदार अंकुशे काँडाहरू हाँगामा, पात डोलो-लाम्चो किनारा चिरिएको, गुलाबी फूल बास्नादार, पाकेपछि गोला-च्याप्टो अण्डाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल र पात । पात मिठो, फल र पुष्प मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तस्रावनियन्त्रक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कर्णरोग, रुघा-खोकी, कफग्रस्त दम, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, जोर्नीवाथ, आमवात, घाँटीका रोग, हृदयरोग अधिक ऋतुस्राव, हैजा, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पात १, फूल १, फल ५-१० वटा, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजचूर्ण ५-७ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

**१९६२. गुर्मी, उर्मी, कचरिया, गुइम्हा, मजमातुसि, कर्कचिर्मिटा, Orenge Melon Plant, Gurmi Plant, *Cucumis* sp.** (Family : Cucurbitaceae)

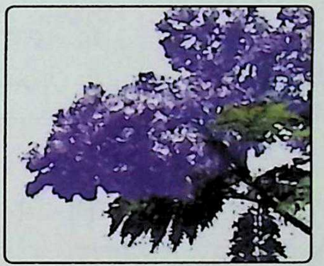
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु लहरो, पञ्जाकार पात भेटनु भएका ३-६ भागमा विभक्त किनारा दन्तुर, खस्रो पात, अण्डाकार हरियो पाकेपछि पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद पाकेको अमिलो-मिठो र काँचो फल मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्निकारक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, मृदुरेचक, व्रणरोपक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, मूत्ररोग, ज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोका बिमिरा, रजःवीर्यदोष, मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौला सुक्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र तेल १० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल १/१ वटा, चूर्ण/स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९६३. गुलबाँस, गुलअब्बास, गुलबाक्क्षी, **4 O'clock Plant, Beauti Of Night Plant, *Mirabilis jalapa*** (Family : Nyctaginaceae)



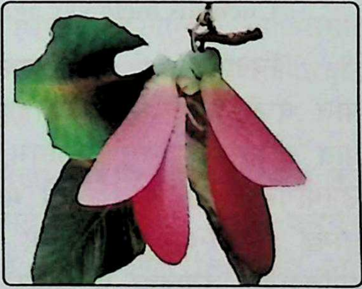
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, रातो रगतसमान थुङ्गामा फुल्छ। कालो फलभित्र एक तेलीयबीज हुन्छ। यो दिनको ठीक चार बजे फुल्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो जलशोषक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, वातहर, रक्तदोषहर, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्रावनियन्त्रक, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जलोदर, क्षयरोग, पत्थरी, पित्तरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तदोष, आमवात, अङ्गशोथ, जलशोथ, कफग्रस्त दम-खोकी-पिनास, कामला, अर्श, उदरशूल, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., फूल/फल/पात १-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १९६४. गुल्मोहर निलो, नीर गलमोहर, **Blue Jarcanda Tree, *Jacaranda mimosifolia*** (Family : Bignoniaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो मध्यमवृक्ष, कमजोर हाँगाहरू, संयुक्त पात, नीलो फुल्ने, कोसाभित्र तेलीयगेडाहरू लाग्छन्। यसको स्वाद मिठो र केही मिठो स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, बोक्रा र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, स्त्रीरोगहर, रक्तस्राव निरोधक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, अम्लपित्त, घाउ-खटिरा, अर्श, दुबी, दाद, उदरशूल, गानो, मासिकअधर्म, फिरङ्ग, मुखव्रण, उपदंश, मैथुनरोग, रक्तदोष, गाँठा-गिर्खा, कर्णपाक, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, गेडा १-३ वटा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### १९६५. गुरजन, तेली गर्जनवृक्ष, **Gurjan Tree, *Dipterocarpus turbinatus*** (Family : Dipterocarpaceae)



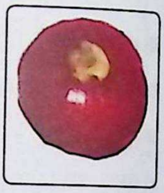
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १००-१५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात ठूलो चेप्टो, सेतो-रातो फुल्ने असार-साउनमा, डल्लो फलको टुप्पामा दुई पात, तेलीयबीज हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पेटको रोगमा लाभदायक, फुफ्फुसपुष्टिकर, जलशोषक, मेदहर, दर्दहर मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कफग्रस्त खोकी-दम, गानो, आउँ-पखाला, श्वासरोग, जलोदर, पित्तरोग, शीतज्वर, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, फोक्सोशोथ, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### १९६६. गुग्गुलु सुनौलो, देवधूप, सानो गोकुलधूप सुनौलो, हिराण्याक्ष गुग्गुल, Golden Guggul, Bdellium Tree, Hiranayakchhya Gum Guggul Plant, *Commiphora wightii* (Family : Burseraceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुको सुक्खा क्षारीयभूमिमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, चेप्टो पात, चोप वा दूध निस्कन्छ । बाहिरी हावाको सम्पर्कमा आउनासाथ जम्छ र सुनौलो चोप बन्छ, शाखा-प्रशाखा हुन्छन् । छोटा काँडा भएको सानो बिरुवा पात चेप्टो, रातो फुल्ने केशर सुनौलो, गोला गेडाभित्र एउटा तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, फूल, बीज र पात । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, वेदनाशामक, शोथघ्न, सङ्कोचक, मेदमज्जाकारक, अर्बुदहर, त्रिदोषनाशक, पीडान्तक, सन्धिबन्धक, वातपुष्टिकर, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसीवात, स्नायुगत नसावात, हड्डीवात, अण्डकोषवृद्धि, मांसपेशीयवात, सर्वाङ्गवात, सन्धिखुकुलो, पाठेघर खस्ने र सुन्निने, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, आन्द्राशोथ, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/चूर्ण/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, पात १-२ वटा, फूल १-३ वटा, फल २-५ वटा ३-५ पटक ।

### १९६७. गुडफल, पीलु, झल, खारीजाल, Toothbrush Tree, *Salvadora persica* (Family : Salvadoraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, टेढो हाँगाहरू, १०-२० फिट अग्लो, पात अण्डाकार, फूल हरियो-पहेँलो वर्णको फुल्छ, गोलाकार रातो वर्णको फलभित्र एक बीज तेलीय हुन्छ । जरा खैरो-सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-केही मिठो-तितो हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, मूत्रल, ज्वरघ्न, दन्त चमकदार, व्रणसुधारक, दर्दहर, बलवृद्धिदायक, अग्निकारक, उदरशोधक, रसायन, रजःवीर्यकारक, अश्मरीहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, कृमि, गुल्म, सङ्ग्रहणी, कोष्ठबद्धता, मन्दाग्नि, उदररोग, रुघा-चिसो, दम-खोकी, पित्तप्रकोप, पत्थरी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, दन्तरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, बीजचूर्ण १ ग्राम, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १९६८. गुर्मी कस्तूरी, बास्नाको कचरिया, गुम्हा, कचरी, शिंडे, Senat Seed, Small Gourd, Wild Musk Melon, Cucumis melo var agrestis Plant

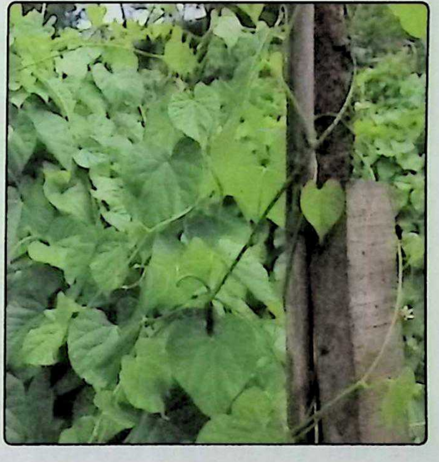
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरो, रोमश, पात चेप्टो फराकिलो पञ्चपत्रक, सुनौलो फुल्ने बीचमा हरियो दाग भएको सुन्दर फूल, पात गोलाकार दन्तुर मुलायम, लाम्चो फलभित्र गुदी र तेलीयबीज बास्नादार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो-रसिलो बास्नादार लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, तृप्तिकारक, उदररोगमा लाभदायक, स्मृतिदायक, तनावहर, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, कामला, रक्तपित्त, ज्वर, मूत्ररोग, उदरशूल, आन्द्राको घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, कब्ज, अर्श, स्मृतिह्रास, तनाव-छटपटी, पत्थरी, मानसिक रोग, गानो-गोला, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीजतेल १० र अर्क ३० मि.लि., अत्तर ३-५ थोपा, काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ५-२० ग्राम, साग-तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९६९. गुह्यशिरीष, बाँदरेशिरीष, Monkey Albizia Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, फुस्रो बोक्रा, फूल सानो, पात संयुक्त साना डालीमा, टाटामा फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र बीज मिठो अनि स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, उदररोगमा उपयोगी, मूत्रल, मेदहर, विषघ्न, कफनिस्सारक, रक्तशोधक, चर्मरोगनाशक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, रक्तदोष, विषप्रभाव, मोटोपन, उदररोग, अर्बुद, रजःवीर्यदोष, गानो, पत्थरी, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पित्तवृद्धि, मधुमेह, दम-खोकी, पेट पोल्ने, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### १९७०. गुर्जोटीके, तितो-तिक्त गिलोय, चिनीलहरो, अमृतवल्ली, गुडुची, Better Tinospora, Lete (Am), Nepali Gurjo, *Tinospora sinensis* (Family : Menispermaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो पतझर लता, चेप्टो-त्रिकोणाकार पात, हरियो-पहेँलो फुल्ने, गेडा गोलाभित्र तेलीयबीज, पुरानो डाँठमा टीका हुने, पातलो बोक्राभित्र सेतो चिप्लो-लस्सादार, पुरानो भ्याङमा गानो पहेँलो काण्ड हुन्छ । स्वाद मिठो-चिप्लो हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, लहरो (डाँठ) र गानो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, अर्बुदहर, मासिकधर्मनियामक, समस्त ज्वरनिवारक, पित्तरोगहर, पत्थरीनाशक, मूत्रल, रक्तविकारनिष्कासक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, जीवनीयतत्त्वरक्षक, रोगप्रतिरोधात्मक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा उपयोगी, हैजा/रक्तश्रावनियन्त्रक, विषघ्न, रक्तरोगहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस, कलेजो खराबी, अम्लपित्त, रक्तपित्त, दुबी, दाद, कुष्ठ, मासिकअधर्म, प्रदर, मधुमेह, विषमज्वर, पागलपन, यौनरोग, एचआईभी/एड्स, रक्तक्यान्सर, रक्तातिसार, मूत्ररोग, समस्त प्रकारका अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, गतिशील अङ्गहरू सुक्खाराम, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, हैजा, प्रमेह, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ ।

**गिलोयसत्व (चिनी) निकाल्ने तरिका** : कार्तिकदेखि फागुनसम्म डाँठलाई मुढामा थिचेर काटकुट पारी कुनै एक भाँडोमा राखी एक पाथी टुक्रामा ३ पाथी पानी घोली बेला/बेलामा हातले मिच्नुपर्छ । हातले मसलेर-चलाएर छोप्ने ४०-५० घण्टापछाडि मिचेर कपडछान गरी त्यो रसलाई ५-१० घण्टा स्थिरराखी माथि तैरिएको पानी फ्याँकी पिँधमा जमेको सेतो पदार्थ सुकाएर गिलोय घनसत्व बन्छ । यसरी तयार गरिएको अमृतसत्त्वलाई गुर्जो वा गिलोयचिनी भनिन्छ । विशुद्ध गिलोयसत्त्व हरेक प्रकारका क्यान्सरमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि., घनसत्व १-१० रत्ती, घनसत्वसार वटी १-२ वटा, पात १-२ वटा ३-५ पटक ।

### १९७१. गुर्जो गाना हुने, कन्दगुडुची, बणवालती, पिण्डगिलोय, Tinisphora Plant *Tinospora* sp. (Family : Menispermaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मको सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो लता तीन भागमा रहेको तीनचुच्चे वा हृदयाकार, पात १५-२५ से.मि. लाम्चो, हरियो-सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, मूत्रल, पत्थरीहर, रक्तशोधक, बृक्क-हृदयहितकारी, वेदनास्थापक, यकृतपोषक, मेदहर, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, अग्निकारक, कृमिमारक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, मृदुरेचक, रक्तरोगहर, यौनरोगहर, व्रणसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, पित्तरोग, कामला, कलेजोरोग, समस्त हेपाटाइटिस, पित्तज्वर, अम्लपित्त, मूत्रकृच्छ्र, वातरक्त, अर्श, पेटका कृमि, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, चर्मरोग, कब्जियत, रक्तदोष, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मिर्गौला-मुटु सुक्दै जाने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, समस्त प्रकारका अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, घनसत्व १-३ ग्राम, खोटो ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### १९७२. गुर्मी सेतो, गुम्हा, काँक्रु, काँक्रे लहरो, White Gurmi Vine Fruit

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ मिटर लाम्चो लता, ठूलो भ्याङ, काक्रोझैँ सेतो फुल्ने, गोलो वा लाम्चो फल भित्र तेलीयबीज हुन्छन्। स्वाद काँचो फल मिठो र पाकेपछि स्वाद गुलियो केही अमिलो हुन्छ र स्वभाव ठन्डा हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, जरा, पात, फूल, बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, शीतल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पाचक, ज्वरनिवारक, मुदुरेचक, रसदायक, बृक्कपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। यो परिपक्व फल ५-१० वटा खाँदा भोक प्यास मेटाउँछ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकष्ट, पत्थरी, पित्तज्वर, पित्तजन्यरोग, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ, अजीर्ण, रक्तचाप उचो-निचो, पित्तवृद्धि, अरुचि, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १-३ फल, जरा लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, जरा चूर्ण १-३ ग्राम तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### १९७३. गुडमार गोलपत्ते, मधुनाशिनी, Quickly Sugar Cut Plant, *Gymnema sylvestre* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो पराश्रयी लता, विशाल भ्याङ, पात गोलाकार चमेली समान, साना धेरै हाँगाहरू, गेडा फल्दछन्। स्वाद अति तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शरीरको अनावश्यक चिनी विरोधी, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, उच्चरक्तभार र मधुमेहनाशक, विजातीयद्रव्य निस्काशक, रक्तशोधक, कृमिघ्न, विषघ्न, मेदहर मानिन्छ। **यो परीक्षण गर्ने विधि** : यसको पात चपाएर चिनी खाँदा गुलियो हुँदैन। गुड/गुलियो पदार्थ/चिनीलाई शरीरमा नै मार्न सक्ने क्षमता भएको लतालाई गुडमार भन्दछन्। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, मोटोपन, पेटका कृमि, ज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तदोष, अम्लपित्त, घाउ-खटिरा, कमलपित्त, पत्थरी, तनाव, प्रमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, वटी १-३ वटा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., ताजा पात २-५ पात ३-५ पटक।

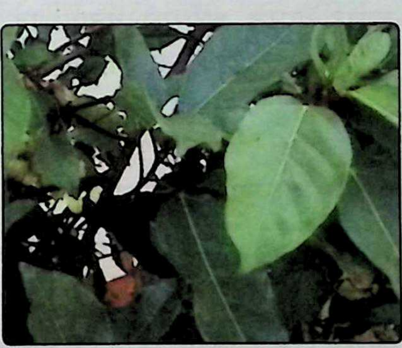
## १९७४.गुलियोमार बुटो, मधुमार बिरुवा, Sugar Cut Plant

**चिनारी** :यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, पात लाम्चो-अण्डाकार, धेरै हाँगाहरू साना, कमलो बिरुवा सेतो फुल्छ, तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको पात खाएर गुलियो पदार्थ खाँदा नमीठो लाग्दछ । स्वाद गुडमारको समान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, पत्थरीहर, मेदहर, मधुमेहनाशक, रक्तशोधक, यकृतपोषक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, उच्चरक्तचाप घटाउ मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, मधुमेह, प्रदर, मोटोपन, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, ज्वर, पत्थरी, रक्तरोग, गुल्म, अपच, अरुचि, ग्यास्ट्रिक इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

## १९७५. गुलकाँक्रा रातो सानो, गुलकाँकरी रगतसमान, Red Gac Fruit Plant, *Momordica cochinchinensis* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो १-३ फिट अग्लो, लाम्चो पात हस्ताकार, फूल घिउरङको थुङगा गोला, रगतसमान रातो, नरम काँडादार, फलभित्र रातो गुदी र साना बीज हुन्छन् । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रशक्तिदायक, रक्तरोगहर, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रगतको कमी, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तरोग, ज्वर, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, मासिकअधर्म, हृदयरोग, मन्दाग्नि, गतिशील अङ्ग सुक्खाराम, प्रदर, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ३-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, फल १-२ वटा, काँढापानी १ माना, रस १ गिलास ३-५ पटक ।

## १९७६. गुलर रोमश, गुलेरिया, उमर, उदुम्बर, Hairy Cluster Fig Tree, *Ficus glomerata* (Family : Moraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ४०-५० फिट अग्लो, दूधयुक्त, धेरै हाँगाहरू, चेप्टो केही लाम्चो ठूला पात, सबै हाँगाहरूमा गोला फल्ने फलभित्र धेरै मसिना तेलीयबीजहरू, सदा फल्ने, यो हरियो गेडा पहेँलो/रातो अन्जिरसमान हुन्छ । यो घाँसे रूख हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो गलग्रन्थिरोगहर, पुष्टिदायक, स्तम्भक, शोथहर, व्रणरोपक, पित्तनाशक, यकृतरक्षक, स्त्रीरोगहर, मूत्रल, शीतल, ज्वरनिवारक, पुनर्यौवनदायक, अर्बुदहर, गर्भरक्षक, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गलग्रन्थिरोग, गर्भपात, कुहिएको घाउ, भस्मकरोग, पित्तरोग, मुख र जिब्रोका घाउ, हैजा, मूत्ररोग, प्रदर, प्रमेह, अर्श-नासुर-भगन्दर, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तश्राव, गला-घाँटीको रोग, गलगाँड, आउँ, सुजाक, कलेजोज्वर, शारीरिक कमजोरी, पेटका समस्त रोग, दम, खोकी, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, गर्भरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : कच्चा फल १-२ वटा, पाकेको फल ३-५ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५०र क्वाथ १०० मि.लि., बीज चूर्ण २-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १/१ वटा, बोक्रा २-३ टुक्रा चुस्ने-चपाउने ३-५ पटक ।

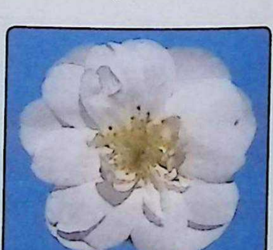
**१९७७. गुर्जो मिठो, चिनीलहरो, गुडुची, मधुरमगिलोय, अमृता, Heart Leaved Moonseed Plant, Sweet Tinospora, *Tinospora cordifolia*** (Family : Menispermaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो चिस्यान गर्मी क्षेत्रमा एकदम कम दुर्लभसँग कहीं मिल्छ । यो सेतो लहरो केही उज्ज्वल हुन्छ । यसको पात एकान्तर हृदयकार, बालामा सेतो/हरियो फुल्छ र गोला दाना लाग्छ । प्रायः यो गुलियो रूखमा चढछ । १०० वर्ष एउटै बूढोवृक्षमा रहेको अमृत साँचो अर्थमा अमृत हुन्छ । धेरैले यो लतालाई जेठीमधु भनेको पनि पाइयो । यो एकटुक्रा कम्मरमा राख्दा र तीन अङ्गुल पिसेर खाँदा प्रसव व्यथाबाट तत्काल मुक्ति मिल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तकफनाशक, रसायन, अग्निदीपक, बलकारक, पत्थरीहर, बृक्कशक्तिकारक, अर्बुदहर, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक, रक्तशोधक, सर्वज्वरनिवारक, राजयक्ष्माहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, सबै हेपाटाइटिसहरू, मूत्रविकार, पत्थरी, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, सङ्ग्रहणी, मधुमेह, अर्श हरप्रकारको रक्तविकार, मिर्गौला-मुटुरोग, अर्बुद, क्षयजन्यरोग, वातरक्त, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तरोग, कब्जियत, पित्तवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/गुर्जोचिनी घनसत्व १-२ ग्राम, लेदो/स्वरस १०-२० र स्वरससुई २-१० र अर्क ५० मि.लि. वटी १-३ वटा ताजा टुक्रा चुस्ने १/१ वटा ३-५ पटक ।

**१९७८. गुजुर, ज्वानोगुरुमा, Parsnip Plant, *Petroselinum crispum*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा उत्तम उब्जनी लिन सकिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, फूल पहेंलोमा-सेतो, पातहरूको गुजुल्टो, ३-५ महिने बाली, तेलीयबीजहरू, बास्नादार हुन्छ । स्वाद परपराउने, सुगन्धदायक र स्वभाव उष्ण-शामक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग-पञ्चम अङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पाचक, अग्निवृद्धिदायक, रुचिकर, त्रिदोषशामक, वायुनाशक, कफहर, शोथघ्न, सुगन्धदायक, दर्दहर, चर्मरोगहर, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, पेट फुल्ने, ढ्याउ-डकार आउने, शरीरको अनावश्यक कुपित वायु, जोर्नी दुख्ने, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, छालाको रोग, कफ वृद्धि, कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, रुघा, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, श्वासरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी एक कचौरा, तेल १० र अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, भस्म आधा-चौथाइ ग्राम, २-३ पटक । यसको तेल/अत्तरले मालिस गर्दा समस्त वातव्याधिमा आराम हुन्छ ।

**१९७९. गुलाब कस्तूरी, बाह्रमासे गुलाब, Musk Scented Rosa Plant, *Rosa moschata*** (Family : Rosaceae)



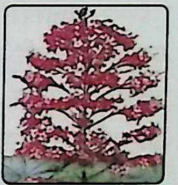
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको कालो माटोको चिस्यान वनमा पाइन्छ। यो अन्दाजी ३०-१०० फिट लामो भ्याङ, पञ्चपत्रक, सेतो फुल्छ र फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद मिठो र मिठो-टर्रो अति बास्नादार र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, रक्तविकारहर, तनाव र मानसिकरोगमा उपयोगी, अर्बुदहर, मूत्रल, सुगन्धदायक, चर्मरोगनाशक, रक्तवृद्धिदायक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सर्वाङ्गले पित्तरोग, पत्थरी, छालाको जलन, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, कब्जियत, दम, खोकी, मानसिक रोग, शिरको गर्मी, जोर्नीवाथ, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, गला-घाँटीको शोथ, जिब्रोको घाउ, कलेजो र मुटु,

अर्बुद, यौनरोग, प्रदर, क्षयरोग, पागलता, तनाव इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, फूल अत्तर ३-५ थोपा, काँढापानी १ गिलास, भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, फल ५-१० वटा, अर्क १५ र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक। यसको गुलाबजल हररोगमा प्रयोग हुन्छ।

**१९८०. गुर्जो पहेँलो, पीतगिलोय, गुडुची, गुरैच, बणवालती, गुर्जोबेलो, Gulancha, Yellow Guduchi Plant, *Tinospora cordifolia*** (Family : Menispermaceae)

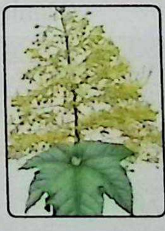
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो लहरो पहेँलो फुल्छ, बोक्राभित्रको पालो झिल्ली पीत हुन्छ, पाकेपछि पहेँलो/रातो गोलाकार तेलीयगेडा र लहरोको भित्रीभाग पीतसार केही पहेँलो नै हुन्छ। मिठो स्वाद र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, बृक्कपुष्टिकर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मेदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मूत्रकष्ट, पत्थरी, छालाको रोग, एच.आई.भी./एड्स, मलेरियनज्वर, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, कमलपित्त, कलेजोरोग-हेपाटाइटिसहरू, मिर्गौलारोग, अर्बुद, हातगोडा झमझमाउने-पोल्ने, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पेट पोलिरहने, पित्तवृद्धि, प्रदर, प्रमेह, दुबी, कुष्ठ, दाद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : ३-१० ग्राम लेदो/ चूर्ण, घनसत्त्वसार २-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र स्वरस ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**१९८१. गुम्बा बत्ती, गुम्बजद्विपक, समइ, कोणकण, Pagoda Flower, Red Cracker Plant, *Clerodendrum paniculatum*** (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहन्छ। यसको पात गोलाकार फराकिलो, रातो फुल्ने प्यागोडा गुम्बज आकारको राताम्य, निलो गोलाकार गेडा फल्छ, तेलीयबीज हुन्छन्। स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र गेडा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, मलावरोधक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन, अर्बुद, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, गानो, रक्तदोष, ज्वर, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, पत्थरी, पित्तवृद्धि, कफग्रस्त दम-खोकी, कानको रोग, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूल स्वरससुई २-१० र तेल १० अर्क ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक।

**१९८२. गुम्बजफूल सुनौलो, समई, द्वीपक, Golden Pagoda Flower Plant, *Clerodendrum paniculatum*** (Family :Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ५-७ फिट अग्लो, सुनौलो गुम्बज आकारको फुल्ने, पात चेप्टो-फराकिलो पञ्जाकार, गोला गेडा लाग्छ भित्र तेलीयबीज हन्छन्। यसको स्वाद मिठो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, मेदहर, विषघ्न, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, मलावरोधक, रक्तदोषहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, चर्मरोग, मोटोपन, विषप्रभाव, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, आउँ-पखाला, अर्बुद, रक्तदोष, ज्वर, गानो, पेटका जुका, कानको रोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक।

### १९८३.गुँयली, गुँहेली, ग्याली, तैयप्रु, **Autumn Olive, Leaster Plant,** ***Elaeagnus parvifolia*** (Family : Elaeagnaceae)

**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, काँडादार र विनाकाँडाको लहरने झाडीयुक्त पातमा हरियो उल्टोतिर सेतो हुने जेठ-असारमा राताम्य भएर पाक्छ, फल लाम्चो हरियो पाकेपछि रातो भित्र सानो तेलीयबीज हुन्छ । स्वाद मीठो-अमिलो, स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, हृदय हितकारी, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तश्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तवृद्धिदायक, पित्तज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मासिकअधर्मनियामक, तृप्तिकारक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सेवनले पेटसम्बन्धी रोगहरू हटदछन्, शक्तिशाली शरीर बन्दछ । यसले रक्ताल्पता, दुब्लोपन, पाचनप्रणाली कमजोर, कब्जियत, हर्षा, कमलपित्त, अम्लपित्त, मिर्गौलाको शिथिलता, मुटु र कलेजो निष्क्रियता, कुपोषण, शारीरिक कमजोर, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, विस्मृति, पाचनसंस्थान सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ । राताम्य भएर पाकेको, ओभानोमा टिपेर निचोरेको आषाढ-जेठको अन्तिममा रस सुईपाकद्वारा गुयलीको मह बन्छ । **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, २०-३० ग्राम फल, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., मह १ चम्चा २-३ पटक ।

### १९८४. गुलाब रातो लेकाली, हिमालीगुलाब, **Segoe (Am), Kesar (Dn), Rosa Red Himali Plant,** ***Rosa macrophylla*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता डाँठ रातो फूल प्याजी-गुलाबी खास फल चेप्टो तेलीय दाना लाग्छ । स्वाद अमिलो सुगन्धदायक र स्वभाव शामक शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पत्र र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तविकारनाशक, चर्मरोगहर, मानसिक रोगमा लाभदायक, स्मृतिदायक, गाँठा-गिर्खाहर, रक्तरोगहर, मासिकअधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तदोष, पित्तरोग, टाउको दुख्ने, मृगी, अल्सर-क्यान्सर (अर्बुद), प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, डन्डीफोर, पेट पोल्ने, विस्मृति, रक्तस्राव, उदरशूल, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

### १९८५. गुलाब रक्तवर्णको, देवतरुणी, चारुकेशरा, **Hundred Leaved Rose, King of Rosa Plant,** ***Rosa species*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो सर्वत्र पाइन्छ । यसको हाँगा काटेर सारिन्छ वा कलमी गरिन्छ । यो गुलाबको राजा भनिन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, काँडावाला, सदा हरियो रहने, वनेलु भएमा धेरै ठूलो भ्याङ १०-३० फिट लामो हुन्छ । आयाताकार दुवैतिर गएका १०० पात, गाढा रातो थुङगा फुल्ने, फल अण्डाकारभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । यो सालभरि नै फुल्ने-फल्ने भइरहन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषहर, अर्बुदनाशक, रक्तवृद्धिदायक, हृदयहितकारी, रुचिकारक, रसायन, अग्निप्रदायक, रक्तदोषहर, रक्तातिसारनाशक, मासिकधर्मनियामक, पित्तनाशक, कफघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले

शिरोरोग, मुखपाक, रक्तश्राव, रक्तपित्त, रक्तविकार, व्रण, त्वचारोग, नेत्ररोग, क्षयरोग, कण्ठरोग, पित्तरोग, कलेजोरोग, जो पित्तवृद्धि, अर्बुद, मन्दाग्नि, रगतकमी, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, मासिकअधर्म, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी माना, चूर्ण/खोटो १-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, फूल १-२ वटा, फल ३-५ वटा ३-५ पटक ।

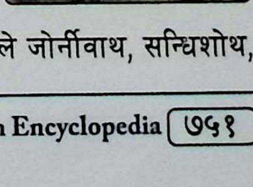
**१९८६. गुच्छीच्याउ जलशोषक, खोयाच्याउ, Sponge Mushroom, *Morchella* sp.** (Family : Morchellaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः १८००-३८०० मिटरमा पाइन्छ । यो साउन-असोजमा झरी वर्षादमा उम्रन्छ । यसले जल सोस्छ । यो रातो-पहेँलो ठन्डा जलवायुमा पैदा हुन्छ । यो १०-१५ से.मि. अग्लो, खाल्टाखुल्टी परेको रतछायाँ रङ, मूल भेटनु रातो २००-३०० ग्राम वजनको हुन्छ । स्वाद मीठो-मधुररस र स्वभाव उष्ण-शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो जीवनीयतत्त्वरक्षक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, त्रिदोषविकारनाशक, बलकारी-पुष्टिकर, समस्त रक्तविकारहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, वेदनानाशक, विषघ्न, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वीर्यविकार, विषादि असर, सङ्ग्रहणी-आन्द्राका घाउ, रगतको कमी, अग्निमन्द, आन्द्रा सुकेनाश, गतिशील अङ्गहरूको कडापन र सङ्कुचन, प्रदर धातुरोग, निम्नरक्तचाप, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, गर्भरोग, हृदयरोग, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पकाएको तरकारी ३०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**१९८७. गुँयली गोला, गोला ग्येली, तैयप्रु, Leaster Goal Plant, *Elaeagnus* sp.** (Family : Elaeagnaceae)

**चिनारी** : यो हिमाल पारिका र यताका २२००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, गोला रातो गेडा, भित्र तेलीयबीज, पात सानो उल्टोतर्फ फुस्रो, असार-साउनमा पाक्छ । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवृद्धिदायक, मृदुरेचक, मस्तिष्कशक्तिपुरक, रक्तश्राव नियन्त्रक, रक्तशोधक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, व्रणरोपक, मासिकअधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रजवीर्यविकार, विषादि असर, कब्ज, अर्श, सङ्ग्रहणी-आन्द्राका घाउ, रगतको कमी, अग्निमन्द, पित्तज्वर, आन्द्रा सुकेनाश, गतिशील अङ्गहरूको कडापन र सङ्कुचन, रगतको रोग, प्रदर धातुरोग, निम्नरक्तचाप, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मासिकअधर्म, गर्भरोग, हृदयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**१९८८. गुन्सी खैरो, पाप्री, पाप्रा, Brown Pine Tree, Yellow Wood, *Podocarpus neriifolius*** (Family : Podacarpaceae)



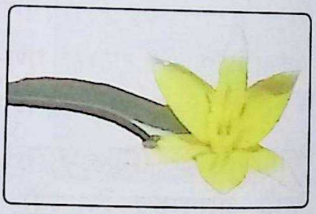
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने वृक्ष हो । यो ४०-६० फिट अग्लो, हाँगाबिँगा धेरै, पात लाम्चो झुप्पामा धेरै, लाम्चो पहेँलो झुत्तामा फुल्ने, फल जेठ-असारमा लाग्छ र पुष्प-माघमा पाक्छ । अण्डाकार फल रातोसँगै माथि गोला सेतो-निलो जुम्ल्याहा दुइटा, तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ,

दम, खोकी, रक्तदोष, गानो, उदरशूल, घाउ-खटिरा, आमवात, पित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कफग्रस्त समस्या, ज्वर, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फल १-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९८९. गुद्धरगानो कालो, गुमरज्ञाना, दिव्यगुणकन्द, **Guddargano Kalo, Black Devine Kanda Plant**

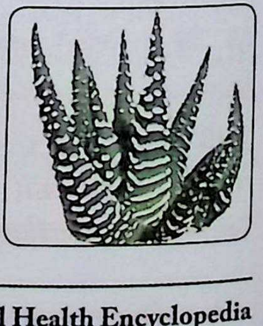
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको दिव्य तथा सिद्धस्थानका अनकण्टारमा पाइन्छ । यो लता, फुस्रो डाँठभित्र कालो, गोलाकार पात, निलो वा कालो फुल्ने, हरियो गोला गेडा पाकेपछि कालो भित्र तेलीयबीज, फेदमा ठूलो गानो धेरै वर्षको १०० किलोग्रामसम्मको भित्र कालो वर्णको हुन्छ । यो दुर्लभ तथा लोपोन्मुख वनस्पति सबैले देख्न-पाउन सक्दैनन । कहीं-कतै संयोगले कसैद्वारा पाउन सकिन्छ । यसलाई कालो सर्प वा काला नागले सुरक्षा गरिरहेका हुन्छन् । सिद्ध नाग/सर्पहरू यो लता एक हजारवर्ष पुगेपछि यो वनस्पतिमा रम्दछन् । यसको स्वाद तीतो-केही टर्रो-परपराउने-कोक्याउने र स्वभाव उत्तेजक-गरम हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषकारक, मदकारक, वेदनानाशक, विषनाशक, सर्वरोगहर, त्रिदोषजविकारहर, रसायन, पारद अग्निस्तम्भक, कुष्ठहर, अर्बुदनाशक, संक्रमणकारी रोगहर, धातु-उपधातु परिवर्तक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त अर्बुद, कुहिएको घाउ-खटिरा, कुष्ठ, रक्तरोग, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, दाद, दुबी, हृदयाघात, त्रिदोषजज्वर, असाध्य र कष्टसाध्य जटिल रोग, सङ्ग्रहणी, यौनरोग, भिरिङ्गी-फिरिङ्गी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा : धूलो १-३ रत्ती, अर्क**/स्वरस/लेदो/तेल ५-२० मि.लि.खाने र लेपन-मदर्न १-२ पटक । यसलाई शास्त्रीय विषविज्ञान विधिअनुसार अथवा पञ्चगव्यमा शुद्धगरी न्यूनमात्रामा खाने प्रचलन छ ।

### १९९०. गुलबहार, गुलेलाला, **Tulip Plant, *Tulipa turkestanica*** (Family : Liliopsida)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, भालाकार पात लामा, पुष्पदण्डमा कप वा कचौरा आधारका विभिन्नरङका रातो/पहँलो/सेतो/निलो/कलेजी/गुलाबी फुल्छ । यो सुन्दर शोभनीय फुलौटो हरेक समय फुलाउन सकिन्छ । यो फूल धेरै आकर्षक देखिन्छ । यसको स्वाद मिठो-तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, मासिकधर्मनियामक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, रक्तविकार, मधुमेह, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मासिकअधर्म, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उच्चरक्तचाप, पिसाबको रोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, ज्वर, रक्तपित्त, कामला, प्रदर, मोटोपन, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९९१. गुल्जार, घोडेघिउ, **Window Plant, Zebra Cactus Plant, *Haworthiopsis attenuata*** (Family : Liliopsida)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । यो छिर्केमिर्के, पात भुइँबाट निक्लेका, चुच्चो परेको १-३ फिट लाम्चो-अग्लो, सिङ आकारको पातहरू, सेतो धागोभैँ फुल्छ, तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो, केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, शोथघ्न, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तवृद्धि, दुबी, दाद, कुष्ठ,

अङ्गशोथ, रक्तदोष, मूत्ररोग, कब्ज, अर्श, पेटका कृमि, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मुसा, कानको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

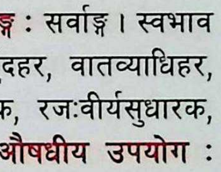
### १९९२. गेमरा, ग्यामरा ऊखु, गँवरे, Gyamara Sugarcane Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात लामा साँगुरो भालाकार, लाम्चो बालामा सेतो फूल, बीज स-साना हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, बृक्कपुष्टिकर, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, गाँड, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, पित्तज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने र दुख्नेमा इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसको स्वरस पिएर अथवा ढाँक चपाएर रसिलो-पोसिलो भइन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/सक्खर/खोटो १०-१०० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### १९९३. गेर्जवा, धमिरेच्याउ, गर्जुवाच्याउ, Gerjawa Mushroom

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो धमिराले उठाएको माटो गर्मी क्षेत्रमा साउन-असोजमा उम्रन्छ। यो कान्छीऔँलासमान मोटो, आधा-एक फिट अग्लो सुइरो लाग्छ। यो १५ दिन वनक्षेत्रमा रहन्छ। कसैले नटिपेपछि छाता भएर फक्रन्छ र कुहिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवात, जोर्नीवाथ, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, मुटुको रोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, रजःवीर्यदोष, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### १९९४. गेडी सल्लोबीज, चिलगोजा, सर्री, गन्धविरोजा, गलगोजा, Pine Nut Plant, Chilgoze Pine Tree, *Pinus gerardiana* (Family : Pinaceae)



**चिनारी** : यो १०००-३५०० मिटरका ठण्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग ६०-१०० फिट अग्लो, ५-७ फिट चौडा काण्डको गोलाइ, धूँवारङको बोक्रा, पात सुइरो-सूच्याकार ३ पत्रको लामो, फल गुम्बज आकारको चेप्टो, भित्र सेतो घ्यू युक्तबीज हुन्छ । जसलाई घृतबीज भनिन्छ। बीजको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वाजीकर, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, वातानुलोमक, वातव्याधिहर, सन्तानदायक, वेदनानाशक, शोथघ्न, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, कफघ्न, अस्थिपुष्टिवर्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अतिश्रमको पीडा, कुपोषण, वातरोग, पक्षाघात, अर्बुद, छालाका रोग, अङ्गदर्द, कफवृद्धि, सुन्निएको रक्तक्षय,

बाँझोपना, ढाड-हाडको रोग, स्नायुगत नसारोग, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ५-१० वटा, ३-१० ग्राम, तेल १० मि.लि. २-३ पटक ।

### १९९५. गेडी, नमी लसुन, Sweet Garlic Plant

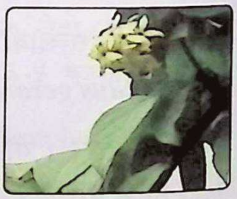
**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट उचो, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, गानो सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र बीज । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक, बलकारक, तृप्तिकारक, नेत्रज्योप्रिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कटिवात, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगतदर्द, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, जोर्नीवाथ, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, रक्तविकार, समस्त आँखाको रोग, रक्तरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, कन्दरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९९६. गेडोबन्सो सानो, काउनेबन्सो, कौनबन्सो, Kaune Banso

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो एक फिट अग्लो, रातो फुल्ने, बालामा तेलीयगेडा धेरै लाग्छ, भुसभित्र चामल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वाद मीठो केही टर्रो स्वभाव गर्मी हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मलमूत्रशोधक, पत्थरीहर, बलकारक-पुष्टिकर, पीडान्तक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको जरा, डाँठ र बीजले कब्ज, अर्श, पत्थरी, जोर्नीवाथ, आउँ-पखाला, घुँडादर्द, सन्धिशोथ, हाड-कम्मर दुख्ने, दम-खोकी, कुपोषण, रजःवीर्यदोष इत्यादिमा लाभ गर्छ । **मात्रा** : बीज वा चामल ५-१० ग्राम, खुदो १ गिलास, सर्वाङ्ग काँढापानी १/१ माना, तेल १०-३० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा चुस्ने २-३ वटा ३-५ पटक ।

### १९९७. गँचालता, उक्षि, उक्सी, कोकोराई, कोकोरे, Paper Flower Climber Plant, *Calycopteris floribunda*

(Family : Combretaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लता पराश्रयी वनस्पति, हाँगाहरू नरम-कमजोर, १०-१५ मिटर फैलिने ठूलो लहरो, फूल पहेँलोपन लिएको हरियो फुल्ने, पात आयाताकार, यसको फूल कचौरीजस्तो रौँदार, फलभित्र एक तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, बीज र जरा । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो खाएपछि मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेटशुद्धिकर, कृमिमारक, उदररोगमा उपयोगी, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तदोषहर, ऋतुस्राव/हैजा नियन्त्रक, रोगप्रतिरोधात्मक, मूत्रल, पोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्जियत, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, ज़्वर, हैजा, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### १९९८. गोलोकी नीलो, पत्तासाफ, गोलक, Plectranthus Plant, *Plectranthus barbatus* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात दन्तुर गोलाकार, पुष्प सेतो छिरबिरे, पाकेपछि चम्किलो तेलीयबीजहरू, जरामा लामो सेतो कन्द हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-टर्रो र केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदय पुष्टिकर, मूत्रल, ब्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, मूत्ररोग, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, ओजोमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्याष्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम ।

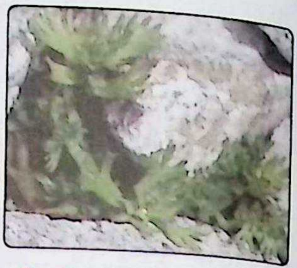
### १९९९. गोरखनाथधान, जयगोरखछोसाङ, Goraknath Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो असार अन्तिमतिर रोपिन्छ । यो धेरै मलजल नचाहिने असल धान हो । यो २-५ फिट अग्लो, मोटो डाँठ, भालाकार पात, बालामा फुल्ने, धानका दाना पहेँलो भुसभित्र सेता चामल हुन्छ र केही बास्ना आउँछ । स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनानाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, पुष्टिकर, शोथघ्न, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, तृप्तिकारक, निद्राजनक, वातहर, उदरभरणपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको रातो चामलमा घ्यू मिसाएको खोले बनाई खानुपर्छ । यसले ज्यान दुख्ने, स्नायुतन्तु-नसा दुखाइ, चोटपटक लागेको, हाड भाँचिएको, सडको-पडको परेको, शक्तिह्रास, कुपोषण, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, कटिवात, धनुर्वात, ढाडदर्द, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो चामल, दूध र मह मीठो र धेरै शक्ति दिने लट्टे हाम्रो औषधीयपरम्परा उपचारात्मक मानिन्छ । **मात्रा** : चाम्रे ५०-१०० ग्राम, रोटी १-३ वटा, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, भात पेटभर २-३ पटक ।

### २०००. गोरक्षीधूप, छुइपोधूप, Gorakhnathdhup Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको ४५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो खगरबगरका भुइँमा फैलिन्छ, पात पञ्जाकार, फूल बैजनी, गोलाकार फलभित्र तेलीय कालो बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-अति बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न, दन्तरक्षक, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, वातविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, अङ्गशोथ, रक्तचाप, मधुमेह, शीतज्वर, आउँ-पखाला, दम-खोकी, अर्श, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, शिरशूल, मानसिकरोग, मस्तक अर्बुद, गिदीमा पानी जम्ने, स्मृतिह्रास, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग, शीतज्वर, कफग्रस्त फोक्सो, पिनास, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, जलोदर, क्षय, दाँतदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो १ ग्राम, बीज १-२ वटा, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, खोटो १ ग्राम ३-५ पटक ।

### २००१. गोरक्षीधूप सुनौलो, सुनछुइपोधूप, Gorakhnathdhup Golden Plant



**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको ४५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो खगरबगरका भुइँमा फैलिन्छ, पात पञ्जाकार, फूल सुनौलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय कालो बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-अति बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, फुफ्फुस/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न, दन्तरक्षक, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, वातविकार, रगतविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ अङ्गशोथ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, शीतज्वर, आउँ-पखाला, दम-खोकी, अर्श, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, शिरशूल, मानसिकरोग, मस्तक अर्बुद, गिदीमा पानी जम्ने, स्मृतिह्रास, मुटुको अव्यवस्थित चाल, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग, शीतज्वर, कफग्रस्त फोक्सो, पिनास, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, स्नायुतन्तु नसारोग, जलोदर, क्षय, दाँतदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो १ ग्राम, बीज १-२ वटा, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, खोटो १ ग्राम ३-५ पटक ।

### २००२. गोरक्षीधूप, छुइपोधूप, Red Gorakhnathdhup Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको ४५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो खगरबगरका भुइँमा फैलिन्छ, पात पञ्जाकार, फूल रातो, गोलाकार फलभित्र तेलीय कालो बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-अति बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न, दन्तरक्षक, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, वातविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, मधुमेह, शीतज्वर, आउँ-पखाला, दम-खोकी, अर्श, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, शिरशूल, मानसिकरोग, मस्तक अर्बुद, गिदीमा पानी जम्ने, स्मृतिह्रास, कम्पवात, पक्षाघात, यौनरोग, शीतज्वर, कफग्रस्त फोक्सो, पिनास, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, स्नायुतन्तु नसारोग, जलोदर, क्षय, दाँतदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो १ ग्राम, बीज १-२ वटा, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, खोटो १ ग्राम ३-५ पटक ।

### २००३. गोसाइकुण्ड सुनौलो, स्वर्णभैरवेश्वर, Golden Gosaikunda Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ । यो आधा फिट अग्लो, तीनपाते पात लाम्चो चुच्चे, पुष्प सुनौलो, कोसामा-फलभित्र तेलीयबीज, भदौ-असोजमा फुल्ने र कार्तिक-मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात, जरा, फूल र डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रजवीर्यवर्द्धक, स्तन्यकारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक,

बलकारक, ज्वरघ्न, रुचिकारक, पित्तशामक, कफजनक, रक्तदोषहर, वातहर, अस्थिपोषक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रजःवीर्यको कमी, रक्तपित्त, रक्तदोष, क्षय, पित्तरोग, सुक्खा दम-खोकी, ज्वर, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीदर्द, हाडरोग, धातुरोग, प्रमेह, प्रदर, मुख-जिब्रो पाक्ने, तनाव, हृदयको धड्कन तेज बढ्ने, सन्धिशोथ, ढाड-कम्मर दुख्ने, कटिवात, पक्षाघात, कब्ज, अर्श, स्तनमा दूधको कमी, कुपोषण, अतिश्रमको पीडा, दुब्लो इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** बीज र मूलचूर्ण ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र पञ्चाङ्गअर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पातलो दाल/खोले १ माना, वटी ३-५ वटा, जरा ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

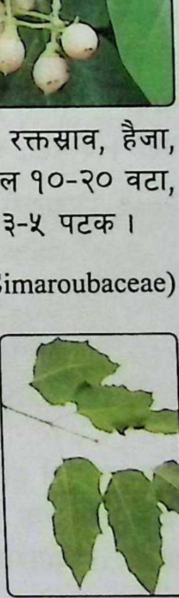
**२००४. गोरखतुम्बा, लौकी, गोरक्षी, गोरक्षतुम्बी, तरंगुजसि, Sweet Bottle Gourd Plant, *Lagenaria siceraria***
(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो सर्वत्र सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो लहरोको तुना २ भागमा विभक्त भेटनु भएका पात नरम भुस हुन्छन्। सेतो फुल्ने एकलिङ्गी, लाम्चो अथवा तुम्बा आकारका फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **प्रयोग हुने प्रमुख अङ्ग :** फल। यसको स्वभाव मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो हृदय हितकारी, रक्तवर्द्धक, शीतल, पित्तनाशक, तृप्तिकारक, मूत्रल, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले हृदयरोग, मोटोपन, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, पित्तज्वर, रगतको कमी, रक्तदोष, रजःवीर्यविकार, ज्वर, उदरशूल, अर्श, प्रदर, मासिकअधर्म, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गर्छ। **मात्रा :** चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क/स्वरस/लेदो १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

**२००५. गोबरहुत, सण्डेरा, बाहुबाडा, लसोडा, Clammy Cherry Plant, *Cordia dichotoma***
(Family : Ehretiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल थुङ्गामा सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो, फल मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, व्रणरोपक, कृमिमारक, चर्मरोगहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, उदररोगमा लाभदायक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफग्रस्त दम-खोकी, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दाद, दुबी, दादुरा, चिलाउने, लुतो, योनिरोग, आउँ-पखाला, रक्तस्राव, हैजा, ज्वर, पित्तरोग, रक्ताल्पता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** काँढापानी १ गिलास, फल १०-२० वटा, फलस्वरससुई ३-१० र तेल/अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**२००६. गोकुल, आडु, महारूख, कटमरिगा, Tree of Heaven, *Ailanthus excelsa* (Family : Simaroubaceae)**



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ८०-१०० फिट अग्लो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, चैत-वैशाखमा फुल्छ, कोसाभित्र तेलीयबीज लाग्छ र असारतिर पाक्छ। यसको स्वाद मिठो, हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, मेदहर, अर्बुदहर, रक्तशोधक, पेटको रोगमा लाभदायक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, मोटोपन, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, मोटोपन, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्श, सङ्ग्रहणी, कफग्रस्त दम-खोकी, छालाको रोग, आउँ-

पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२००७. गोलाइची पहेँलो, स्वर्णचुहा, सुवर्णतिलक पुष्प, पीततिलका, स्थिरपुष्प, Yellow Showla, Yellow Parvi Plant, *Wendaandia* sp.** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, अति सुन्दर सानो वृक्ष, बाङ्गा हाँगाहरू, पात लाम्चो-फराकिलो, फूल पहेँलो बास्नादार, बोक्रा भित्र काष्ठसार पहेँलो, फल सानो, नरम भुसले बेरिएको भित्र मिहिन तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, दूध, पात, फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, रसायन, पुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, कुष्ठघ्न, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, चर्मरोगहर, वातरोगनाशक, पित्तघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, शारीरिक कमजोरी, कुष्ठ, दाद, यौनरोग, अर्श, पित्तवृद्धि, वातरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रगतको कमी, पुरानो जीर्ण कुहिएको घाउ, रक्तविकार, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पात आधा-एक, फूल १ वटा, फल १-३ वटा, भित्री बोक्रा टुक्रा १-२ वटा, दूध ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

**२००८. गोलकाँक्री गुलियो, मधुरतुण्डी, मधुरबिम्बी, कुन्द्रू, Sweet Ivy-Gourd Plant, *Coccinia grandis*** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो भुइँमा लत्रने र अरू कसैको आड लिएर फैलिन्छ, काण्ड पञ्चकोणीय, पात त्रिकोणाकार, पुष्पसेतो एकलिङ्गी, फल बेलनाकार, पाकेपछि चम्किलो रातो सेता धार १० वटा, फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू, जरामा लाम्चो सेतो कन्द हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, व्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, ओजोमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम ३-५ पटक ।

**२००९. गोलाइची, चुवा, तिल्के, तिलक, तिलिया, चुवास्वाँ, Showla, Pervi Plant, *Wendlandia exerta*** (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, सानो सुन्दर रूख, वाङ्गा हाँगाहरू, पात दुवैतिर गएका लाम्चो-फराकिलो चुच्चो परेका घ्यू रङको फूल, सेतोमा केशर पहेँलो सुगन्धदायक वसन्तऋतुमा हाँगाका टुप्पोमा ढकमक्क फुल्छन्, फल ज्यादै सानो नरम रौँले ढाकिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : दूध, बोक्रा, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मीठो र अन्यभाग टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, बलकारक, पुष्टिकर, हृदयहितकारी, रसायन, मेदजनक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक, कृमिघ्न, व्रणशोधक, कुष्ठघ्न, शोथहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखरोग, धातुरोग, दुर्वलता, जिब्रो-मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, कृमि, कुष्ठ, दाद, अर्बुद, सुन्निएको,

अङ्गदर्द, रक्ताल्पता, रक्तरोग, दम, खोकी, गाँठा-गिर्खा, यौनरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध ५-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चोप/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, फूल १-२ वटा, फल ३-५ वटा, पात आधा-एक ३-५ पटक ।

### २०१०. गोरखनाथबुटी, वनश्वेतमुण्डी, वृत्ताकार, गोरखी, **Gorakhi Plant**

**चिनारी** : यो शीतोष्ण र समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो शीतोष्ण क्षेत्रमा चैतदेखि असोजसम्म ६ महिना रहन्छ । फेरि अर्को नयाँ बुटी पुनः उम्रिन्छ भने समशीतोष्ण हावापानीमा सदा भेटिन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल फल गोला-च्याप्टो, महिन तेलीयबीजहरू, उज्वल-सेतो बुटी, साना हाँगाहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउने मत्मत्याउने पिरो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मद्यपान/धूम्रपानविरोधी, गरम मरमसला बहिष्कारक, श्वरसुधारक, निद्राजनक, मदकारक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, फुफ्फुस पोषक, विषघ्न, स्मृतिदायक, शीतहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गिदीमा पानी जम्ने, विषप्रभाव, मदअसर, कफवृद्धि, धूम्रपान-मद्यपानको लत-बानी, फोक्सो शिथिल, गला-घाँटीका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका पिडका, पिउने खाने कुआदत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, फूल/फल/मूलचूर्ण १-३ ग्राम, पञ्चाङ्ग काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ५० र तेल १० तथा अर्क २० मि.लि. भस्म/खोटो १-२ ग्राम, फल/फूल १-२ वटा, पात २-५ वटा ३-५ पटक ।

### २०११. गोखरु सेतो फुल्ने, श्वेतगोखरु, **White Cow Dewcla Plant**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, सेतो वर्णको बिरुवा, पात गोलाकार, फल त्रिकोणाकारमा तिखा काँडा हुन्छन् । मंसिरमा फल पाक्छ, तेलीयबीज । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का मिठो र केही टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, वस्तिशोधक, वीर्यवर्द्धक, पुष्टिकारक, रसायन, मूत्रल, अग्निकारक, ऋतुस्राव नियामक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, पिसाब रोकावट, सुजाक, पत्थरी, पित्तवृद्धि, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, रक्तदोष, अम्लपित्त, रक्तपित्त, शारीरिक कमजोरी, प्रदर, पित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको कलिलो मुन्टा, पात र कच्चा फलको साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको/तारेको ५०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, फल २-५ वटा, पात/फूल/जराका टुक्रा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०१२. गोलाकाँक्री गुलियो, मधुरतुण्डी, मधुरबिम्बी, कुन्द्रू, **Sweet Ivy-Gourd Plant, *Coccinia grandis***

(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो भुइँमा लत्रने र अरू कसैको आड लिएर फैलिन्छ, काण्ड पञ्चकोणीय, पात त्रिकोणाकार, पुष्प सेतो एकलिङ्गी, फल बेलनाकार, पाकेपछि चम्किलो रातो सेता धार १० वटा, फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू, जरामा लाम्चो सेतो कन्द हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, व्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, ओजोमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम ।

### २०१३. गोलाइची रातो, रक्ततिलकपुष्प, लालतिलका, तिलिया लाल, तिल्के, Red Showla, Red Parvi Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, सुन्दर सानो वृक्ष, काण्डको भित्री बोक्रा रातो, लाम्चो-फराकिलो दुवैतिर गएका पात, फूल रातो, फल सानो भुसले बेरिएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, दूध, चोप, बोक्रा, फूल र फल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो हल्का तितो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रसायन, पुष्टिकर, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, गर्भाशय शुद्धिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर, यौनरोगहर, वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, चर्मरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, मधुमेह, अर्बुद, निम्नरक्तचाप, अर्श, मन्दाग्नि, अधिकमासिकश्राव, जिब्रो-मुखका घाउ, आन्द्राका खटिरा, गिर्खा-गाँठा, सङ्ग्रहणी, दुर्बलता, धातुरोग, कुपोषण, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, दम, खोकी, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, दूध/खोटो २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पात आधा-एक, फूल १-२ वटा, फल २-३ वटा, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

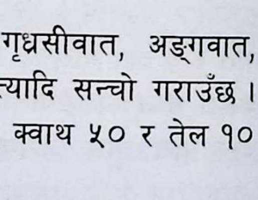
### २०१४. गोकुलधूप तितोबोट, गन्धरस-हीराबोल, Mirrh Plant, Mirrha Gum, Ma Yao, *Commiphora* sp.

(Family : Bruseraceae)

**चिनारी** : यो विशेष गरी अफ्रिकामा पाइन्छ । यो गर्मी हावापानीको सुक्खा ठाउँमा चुनिया-नुनिया माटोमा राम्रो खेती हुन्छ । यो सानो रूख १०-१५ फिट अग्लो, सेतो/हल्का पहेँलो फुल्ने, टेढोमेढो हाँगाहरू काँडादार, पात चेप्टो, चोप पहेँलो/केही कालो फलभित्र एक तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, पात, फूल र फल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, दर्दनाशक, सङ्कोचक, मेद-मज्जाकारक, शोथघ्न, अर्बुदहर, पीडान्तक, हाडरक्षक समस्त वातघ्न, कफहर, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, पक्षाघात-नसावात, जोर्नीवाथ, सर्वाङ्गवात, आमवात, गृध्रसीवात, अङ्गवात, पक्षपात, गर्भपात, कफवृद्धि, पित्तवृद्धि, शोथ, दुख्ने, आन्द्रा सुन्निने, गर्भाशय फुल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, चोप/ खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी ३००, क्वाथ ५० र तेल १० तथा अर्क २-१० मि.लि., पात १-२ वटा, फूल १-३ वटा, फल ५-७ वटा ३-५ पटक ।

### २०१५. गोलाक शिवलता, मधुरतुण्डी, मधुरबिम्बी, Sweet Ivy Plant, *Plectranthus verticillatus*

(Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरो, भुइँमा लत्रने र अरू कसैको आड लिएर फैलिन्छ, काण्ड पञ्चकोणीय, पात दन्तुर गोलाकार, पुष्प सेतो छिरबिरे, पाकेपछि चम्किलो तेलीयबीजहरू, जरामा लाम्चो सेतो कन्द हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र, मूल, फल र फूल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, व्रणरोपक, यकृतशोधक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, स्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पित्तज्वर, ओजोमेह, पूयमेह, प्रदर, कमलपित्त, पत्थरी, रक्ताल्पता, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, फल १-२ वटा, जरा १-२ टुक्रा, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, खोटो ३-४ ग्राम ।

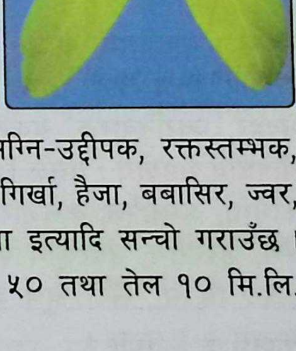
### २०१६. गोरखनाथ बुटीश्वेत, सेतोगोरखी, श्वेतगोरखनाथ, **Jaya Gorakhnath White Plant, Gorakhi Herb**

**चिनारी** : समशीतोष्ण क्षेत्रका उच्चलेक र शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा एक फिट अग्लो, पात चेप्टो, डाँठको टुप्पोमा सेतो फुल्ने, छिप्पिएपछि पुष्पमा तेलीयबीजहरू प्रशस्त सेता-खरानीवर्णका झार मसिना, सेता झुसले भरिएका हुन्छन् । यो चैतदेखि असोजसम्म हिमाली क्षेत्रमा भेटिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउने-पिरो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, मदकारक, निद्राजनक, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, स्मृतिदायक, विषघ्न, मस्तक, अर्बुदहर, श्वरसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, विषप्रभाव, स्मरणशक्ति ह्रास, अनिद्रा, शिथिल फोक्सो, श्वासनलीको सङ्कुचन, श्वर घटबढ, कफग्रस्त दम-खोकी, मद्यपानको नराम्रो आदत, लागू पदार्थ पिउने बानी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क २० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, फूल/फल/पात १-३ वटा, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

### २०१७. गोसुम, कोसुम, कृपिवृक्ष, जलपाई, **Ceylon Oak, *Schleichera trijuga*** (Family : Sapindaceae)

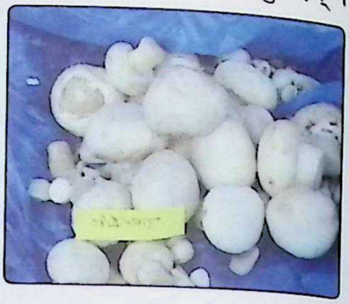
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मध्यम आकारको वृक्ष, बोक्रा नरम बदामी रङको, पात ५-१० अङ्गुल लाम्चो र १-३ अङ्गुल चौडा भएको-बसन्तमा पात रातो रङको र अन्य समयमा ताम्रवर्णी, पुष्पमञ्जरीमा हरिताभ-पीतवर्ण, गोलाकार चुच्चो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्, जसलाई पकबीज भनिन्छ, लाख (चोप) निस्कन्छ यसलाई लाक्षाद्रूम बोलिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव फल गुदी शीतल अमिलो अन्य भाग टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, सङ्कोचक, व्रणसुधारक, चर्मरोगहर, अर्बुदहर, कुष्ठघ्न, वातहर, वेदनानाशक, यौनरोगहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, पुष्टिकर, क्षुधावर्द्धक, केशवर्द्धक, तेलविरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, कुष्ठ, व्रण, रक्तपित्त, ज्वर, केश झर्ने, कब्ज, अर्श, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पक्षाघात, कटिवात, दम, खोकी, रक्तदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तरोग, तालु खुइलिने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-३ वटा, बोक्रा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५०, बीजतेल १० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २०१८. गोबिन्दफल, गृधनखी, असारीलता, अरदन्दा, **Caper, Caper Plant, *Capparis zeylanica*** (Family : Capparaceae)



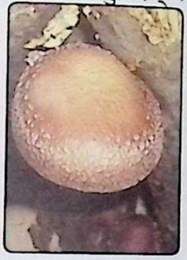
**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुको सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ । यो लता विशाल लामो लहरो, धेरै हाँगाहरू, पात चेप्टो मोडिएको काँडा-कण्टकदार, फूल सेतो/कलेजी, फलमा लाम्चो ५-७ तेलीयबीज गुदीमा बेरिएका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : मूल, त्वक, कण्टक, पत्रक, फल । यसको स्वभाव शामक र स्वाद टर्रो र हल्का तितो केही मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, क्षुधावर्द्धक, मूत्रनिस्सारक, वेदनाहर, ज्वरघ्न, शोथहर, वातहर, चर्मरोगनाशक, अग्नि-उद्दीपक, रक्तस्तम्भक, उदररोपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाब थोपाथोपा मुत्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, बबासिर, ज्वर, दर्द, सुन्निने, शूल, विशुचिका, आमवात, उदरशूल, फोक्सो सुन्निने, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि. पात/फूल/फल १-२ वटा, बोक्रा १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

### २०१९. गोब्रेच्याउ, लकपुनी, टाँकच्याउ, Gobre Chyau, Dung Mushroom, *Agaricus* sp. (Family : Agaricaceae)



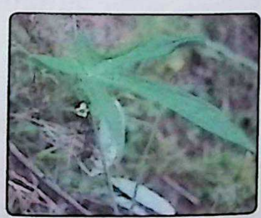
**चिनारी** : यो गोब्रेच्याउ तराईदेखि पहाडका वनहरूमा ऋतुअनुसार स्वतः उम्रिरहेका हुन्छन् । यो नफक्रेको १-२ अङगुल अग्लो हुन्छ । यो टिपे पछि पनि जराबाट तीनमहिनासम्म फलिरहन्छ । यो गोलो सेतो टाँकझैँ देखिन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विजातीयद्रव्य निष्कासक, रक्तशोधक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, वातहर, कफघ्न, व्रणरोपक, विषघ्न, रजवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वीर्यस्खलन, ओजक्षय, समस्त रक्तविकार, विजातीय दोष, छालाको रोग, मुटु र मिर्गौला सुक्ने, बुढ्यौलीपन, धातुरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, रक्तरोग, जोर्नीवाथ, मुख-जिब्रोका बिबिरा, विषप्रभाव, कमला, पित्तवृद्धि, मुखपाक आदिमा लाभ पुर्‍याउँछ । **मात्रा** : ताजा साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, सुकेको १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी ३-५ वटा २-३ पटक ।

### २०२०. गोबरेच्याउ खेतीको, गोब्रेच्याउ, टाँकच्याउ, Gobre Chyau, Dung Mushroom, *Agaricus* sp. (Family : Agaricaceae)



**चिनारी** : यो गोब्रेच्याउ तराईदेखि पहाडका वनहरूमा ऋतुअनुसार आफैँ पनि उम्रिरहेका हुन्छन् । यो नफक्रेको १-२ अङ्गुल अग्लो हुन्छ । अचेल यो खेती तराईमा हिउँद र पहाडतिर फागुन-वैशाखसम्म फलाउन सकिन्छ । ३५ दिनमा ८ पल्टाई कम्पोस्ट मलमा बीज राखी ब्याडमा बीउ छरेको २० दिनमा ढुसी आउँछ, माटोले छोप्ने २ हप्तापछि गिर्खो देखापर्छ र ७ दिनपछि च्याउ फल्न थाल्छ । यो करिब तीनमहिनासम्म फल्छ । यो गोला सेतो टाँकझैँ देखिन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विजातीयद्रव्य निष्कासक, रक्तशोधक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, वातहर, कफघ्न, व्रणरोपक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वीर्यस्खलन, ओजक्षय, समस्त रक्तविकार, विजातीय दोष, छालाको रोग, मुटु र मिर्गौला सुक्ने, बुढौलीपन, धातुरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, क्षयरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, रक्तरोग, जोर्नीवाथ, मुख-जिब्रोका बिबिरा, विषप्रभाव आदिमा लाभ पुर्‍याउँछ । **मात्रा** : ताजा साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, सुकेको १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी ३-५ वटा २-३ पटक ।

### २०२१. गोलकाँक्री विषालु, कडवा गोलकाँकडी, Bitter Gold Cucu Plant



**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो वर्षायु लहरो, संयुक्त पात पञ्जाकार लामो भालाकार-मुलायम, फूल सेतो फुल्ने, फल लम्बगोल वा गोलाकार भित्र गुदी, रस र तेलीय बीजहरू, जरा लाम्चो कैयौँ हुन्छन् । यो वैशाख-मंसिरसम्म रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, फल, फूल र पात । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मेदहर, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, मूत्रल, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, रक्तविकार, मोटोपन, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिस, अरुचि, अपच, हैजा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, कब्ज, अर्श, उदररोग, उदरकृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीजतेल १० र जरा स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास २-३ पटक ।

**२०२२. गोलभँडेझार, फुटकैया, रसभरी, इस्मगोल ठूलो, Goldenberry Plant, *Physalis divaricata*** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको अम्लीय माटोमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, फराकिलो ठूलो पात ३-५ से.मि. लाम्चो २-३ से.मि. चौडा, घ्यू रङको भित्रकेशर कालो थुङ्गामा फुल्छ । यसको गोलभँडासमान फल भित्र सुनौलो तेलीयबीज हुन्छन् । यसको साग खाने प्रचलन छ । यसको स्वाद तितो, केही टर्रो, हल्का मिठो र स्वभाव शामक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तचापमापक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, यकृतपोषक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, आन्द्राको घाउ-अल्सर, दम, खोकी, पिनास, कर्णशूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, मधुमेह, राजयक्ष्मा, घाँटीको रोग, समस्त ज्वर, पैत्तिक विकार, रक्ताल्पता, कुपोषण, मुटुरोग, कामला, रक्तपित्त, अम्लपित्त इत्यादि स्वस्थ बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम, स्वरस १०-२० ग्राम, १ माना काँढापानी, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

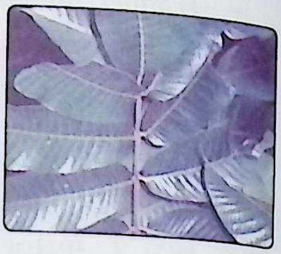
**२०२३. गोस्वामी, गोजीबेरी, Wolf Berry, Matrimony Vine, Gojiberry Plant, *Lycium barbarum*** (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सुक्खा भिरालो माटोमा राम्रो खेती गर्न सकिन्छ । यो सानो बिरुवा, ३-७ फिट लामो लता, पात लामो, पाकेपछि चेप्टो गोलो रगतसमान रातो फल भित्र बीज हुन्छन् । स्वाद पाकेको फल मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो उदररोगनाशक, हृदयहितकारी, शरीर उपयोगी, रक्तश्रावनिरोधक, शीतल, तृप्तिकारक, मूत्रल, रक्तदोषसुधारक, चर्मरोगहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तवर्द्धक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसमा पोषकतत्त्वहरू धेरै मिल्छ । यसले रगतको कमी, विस्मृति, मुटुरोग, रक्तश्राव, मुख सुक्ने, भोक लाग्ने रोग, रक्तविकार, नेत्ररोग, रक्तचाप, छालाका रोग, आँखाको कमजोरी, पिसाब कष्ट इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, १/१ फल, सुकेको फल टुक्रा १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

**२०२४. गोलकाँक्री केही चेप्टो गोला, अगुमकी, Small Rounded Cucumber, *Mukia* sp.** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो गोलकाँक्री लता गर्मीक्षेत्रमा १२०० मिटरको उचाइसम्ममा पाइन्छ । पुरानो जरा पहेँलो र नयाँ सेतो हुन्छ । यो भालेजातिको पहेँलो फुल्छ र सुनौलो फुल्ने अर्को पोथीजातिको पनि हुन्छ । यसको फल केही गोला, पाकेपछि रातोभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल शीतल, मूत्रल, विरेचक, पुष्टिकर, पत्थरीनाशक, मिर्गौलामा लाभदायक, पित्तवातनाशक, रक्तचापव्यवस्थापक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीस्तनसुधारक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ, गानोगोला, उदरकृमि, आउँ-पखाला, अर्श, उच्चरक्तचाप र मधुमेह, मोटोपन, स्तन थुनेलो, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, उदरशूल, पेट पोल्ने, सङ्ग्रहणी, मूत्ररोग, पत्थरी, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा ३-५ ग्राम, फल १०-२० ग्राम, बीज २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा, फलस्वरस सुई २-१० मि.लि.३-५ पटक ।

### २०२५. गोकुलधूप नेपाली, गोगुलधूप, रुक्षसुगन्ध, देवधूप, गुग्गुल, Nepali Guggul Gum Tree, Gokuldhup Tree



**चिनारी** : यो प्रायः चुरे, भित्रीमधेश, तराईक्षेत्रका जङ्गलतिर पाइन्छ । यो लगभग ८०-१०० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो, डेढबित्ता लाम्चो सप्रेको बीचको आँख्लाबाट १ पात टुप्पोमा ३ पात र तल दुवैतिर फैलिएको एक-डेढ फिट लाम्चो, सुल्टोतर्फ चिप्लो, गाढा हरियो ३०-३१ नसा-रेसा भएको, उल्टोतिर खस्रो हरियो उस्तै नसा रहेको माथिका र तलको साना पातमा १९-२१ नसाहरू, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । बोटमा घाउ-चोट पारी २-३ दिनमा झोलाभरि गुग्गुल धूप सङ्कलन गर्न सकिन्छ । स्वभाव उष्णवीर्य । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोपको अभावमा बोक्रा वा बीज प्रयोग गरिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो गोकुलधूप समस्त वातव्याधिनाशक, स्नायु-नसासम्बन्धी रोगमा लाभदायक, अर्बुदहर, वेदनानाशक, शोथहर, मेद-मज्जाकारक, विजातीयवायुनिष्कासक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, अर्शोघ्न, गाँठा-गिर्खाहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, मेदहर, वातपुष्टिकर, निद्राजनक, मदकारक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्ग दुख्ने, मेद-मज्जा नबन्ने, हाड खिइनु-घोटिनु, हाड/जोर्नी दर्द सूक्ष्मनसाहरूमा निष्क्रियता आउनु, हरेक प्रकारका वात, मेरुदण्ड-हाडको रोग, सन्धिखुकुलो, ठोक्किएको, लडेको, सुन्निएको, अण्डकोषवृद्धि, हर्निया, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्बुद, गाँठागुठी, गुल्म, ढाड-कम्मर दर्द, अर्श, गर्भाशयको गिर्खा, बिबिरा, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **गुग्गुल शुद्ध गर्ने विधि** : त्रिफला, पाषाणभेद, गोमूत्र चर्ने सानो गाईमूत्र कराहीमा (फलामे) मन्द आगोमा बसाल्ने, तेर्सो डन्डा राखी रुमालमा पोको पारेर तल मूत्रमा नछुइने गरी झुण्ड्याउने । जब तातेर गुग्गुल पग्लन्छ र फोहोर कपडामा रहन्छ । भुइँमा उतारेर पीँधमा रहेको फोहर नचलाईकन रसमात्र अलग कराहीमा राखेर पकाउने चलाउने, मधुरोआँचमा रसको मात्रा सुकेपछि आगोबाट निकालेर गाढा हुनासाथ हातमा घ्यू लगाएर चनाको दाना बराबर गोलावटी बनाउनुपर्छ । यसलाई घाममा सुकाएर राख्नुपर्छ । रसराज वटी बनाउँदा वातनाशक ५-७ जडीबुटी रसमा गर्दा उत्तम हुन्छ । **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/चोप १-३ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम, वटी २-३ गोली २-३ पटक दूध वा मनतातो पानीसँग खाने ।

### २०२६. गोलकाँक्री लाम्चो, तरली, त्रिकोशकीकाँकडी, गोहमी, Long Small Creeper Cucumber, *Solena heterophylla*

(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो लता उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । वैशाखतिर पलाएर लहरिने मंसिरमा सुक्ने १०-३० फिट लामो गोलकाँक्री लता, फूल सेतो पोथीमा एउटा र भाले साउन-भदौमा फुल्दछ, असोजमा लाम्चो फल्ने सेतो धर्को फलभित्र तेलीय बीज सेता हुन्छन् । पुरानो जरा पहेँलो र नयाँ सेतो रङको एकहात लाम्चो मुठ्ठीभरको हुन्छ । जराको स्वाद तीतो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, पत्थरीहर, कफनिस्सारक, यकृतपुष्टिकर, व्रणरोपक, मेदहर, विषघ्न, ज्वरनिवारक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : गोलकाँक्रीको जरा गला, घाँटीको रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, रक्तपित्त, घाँटी सुन्निएको, गलग्रन्थि बढेको, टन्सिल, खोकी, कफग्रस्त दम, श्वासनलीको शोथमा उपयोगी हुन्छ । यसको प्रयोगले स्वरभङ्गलाई ठीक पार्छ, पेटका जुकालाई मार्छ । यसले जिब्रो र मुखका घाउ, आन्द्राका खटिरा, पित्तवृद्धि, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पत्थरी, स्तन थुनेलो, कलेजोरोग, मोटोपन, विषप्रभाव, त्रिदोषजविकार, कामला, रक्तपित्त, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १०-२० ग्राम, जरा चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, जरावटी १-२ वटा, बीजवटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरस १०-२० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०२७. गोपीसिमी, गुच्छशिम्बी, ग्वारफली, झारसिम, Gwar Plant, Cluster Bean Plant, *Cyamopsis tetragonoloba* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो बलौटे माटोमा खेती गरिन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, दृढ डाँठ, तीन पत्रे, सेतो भन्टा रङको फुल्ने, लाम्चो कोसामा फलभित्र १०-१२ चेप्टो तेलीयबीज हुन्छन् । यो हिउँदेवाली दुई महिनामा पाक्छ । यो कैयौं जातका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, पात, चोप, काण्ड, जरा सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अग्नि-उद्दीपक, बलवर्द्धक, रुचिकारक, पित्तशामक, कफहर, वातहर, निद्राकर, पीडान्तक, स्वादिष्ठ मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रतौँधी, आँखाको कमजोरी, शारीरिक कमजोरी, रुघा, खोकी, स्नायुतन्तुहरूको कडापन, त्रिदोषज विकार, मन्दाग्नि, रगतको कमी, कुपोषण, जोर्नीवाथ, आमवात, अनिद्रा, अतिश्रमको पीडा, दुब्लाउनेरोग, भस्मकरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग/दालरस ३०-१०० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २०२८. गोपीबाँस, गोपिबाँस, गोपालवंश, क्योमा, Gopal Bamboo Plant, *Cephalostachyum* sp. (Family : Poaceae)

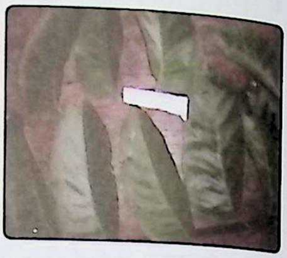
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, झाप्पु धेरै हुने एउटा डालीमा एकमुठ्ठा, यसको कलिलो तामा खान योग्य र मिठो स्वादको हुन्छ र यो बाँसुरी बनाउनेमा गनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अग्निकारक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, रक्तस्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, पित्तरोग, पिसाबको समस्या, पहैंलो रोग, आउँ-पखाला, आमवात, सुन्निने, पानी भरिने, अधिककफपित्त, पाठेघर खस्ने, फोक्सेमासु इत्यादि सन्चो गराउँछ । बाँसको गठान वा पत्ताको क्वाथ पिउँदा प्रसूतिकष्टमा लाभ गर्छ, मासिकधर्मलाई खोल्छ, गर्भाशयलाई शुद्ध गरी सक्रिय गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/वंशलोचन १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, तामा तरकारी १०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २०२९. गोप्पा, नमी लसुन, Soft Garlic Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको लेकमा पाइन्छ । यो साउन-असोजमा मिल्छ । यो १-३ फिट उचो, पात भालाकार, सेतो फुल्ने, गानो सेतो लसुनसमान हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद पीरो बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजवीर्यसुधारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक, बलकारक, तृप्तिकारक, नेत्रज्योप्रिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कटिवात, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगतदर्द, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द,

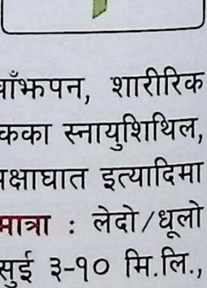
पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, धातुस्राव, रक्तविकार, समस्त आँखाको रोग, रक्तरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, रससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २०३०. गोकुलधूपवृक्ष, रातोचोप आउने, रक्तगोगुलधूप, लालरुक्षसुगन्ध, Red Gum Nepali Guggul, Redgum Gokuldhup Tree



**चिनारी** : यो प्रायः चुरे, भित्रीमधेश, तराईक्षेत्रका घनावनतिर प्रशस्त पाइन्छ। यो लगभग ८०-१५० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो, डेढबित्ता लाम्चो सप्रेको बीचको आँख्लाबाट १ पात टुप्पोमा ३ पात र तल दुवैतिर फैलिएको एक-डेढ फिट लाम्चो, सुल्टोतर्फ चिप्लो, गाढा हरियो ३०-३१ नसा-रेसा भएको, उल्टोतिर खस्रो हरियो उस्तै नसा रहेको माथिका र तलको साना पातमा १९-२१ नसाहरू, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। बोटमा घाउ-चोट पारी २-३ दिनमा झोलाभरि रातो गोकुलधूप सङ्कलन गर्न सकिन्छ। स्वभाव उष्णवीर्य। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोपको अभावमा बोक्रा वा बीज प्रयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो समस्त वातव्याधिनाशक, गर्भाशय संकोचक, स्नायु-नसारोगमा लाभदायक, अर्बुदहर, वेदनानाशक, शोथहर, मेद-मज्जाकारक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, अर्शोघ्न, गाँठा-गिर्खाहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, मेदहर, वातपुष्टिकर, निद्राजनक, मदकारक, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्ग दुख्ने, मेद-मज्जा नबन्ने, हाड खिइनु-घोटिनु, हाड/जोर्नी दर्द सूक्ष्म नसाहरूमा निष्क्रियता आउनु, १०८ प्रकारका वात, मेरुदण्ड-हाडको रोग, सन्धिखुकुलो, ठोक्किएको, लडेको, सुन्निएको, अण्डकोषवृद्धि, हर्निया, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्बुद, गाँठागुठी, गुल्म, ढाड-कम्मर दर्द, अर्श, गर्भाशय सुन्निने र गिर्खा, बिबिरा, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **गुग्गुल शुद्ध गर्ने विधि** : चोप र घिउ कराहीमा राखेर पकाउने चलाउने, मधुरो आँचमा तताउने गाढा रातो पछि आगोबाट निकालेर चनाको दाना बराबर गोला वटी बनाउनुपर्छ। यसलाई घाममा सुकाएर राख्नुपर्छ। रसराज वटी बनाउँदा वातनाशक ५-७ जडीबुटी रसमा गर्दा उत्तम हुन्छ। **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/चोप १-३ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम, वटी २-३ गोली २-३ पटक दूध वा मनतातो पानीसँग खाने।

### २०३१. गोरक्ष पाँचऔंले रातो-सेतो फुल्ने, Gorakhnath Orchid Plant, *Dactylorhiza elata* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ठण्डाक्षेत्रमा २००० मिटरदेखि शीतोष्ण हावापानीको ४५०० मिटर उचाइसम्म पाइन्छ। यो ३ फिट. अग्लो, लाम्चो पात, प्याजी वा रातो-सेतो फुल्ने, जरामा पञ्जासमान पाँचऔंला हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र चिफ्लो, स्वभाव शीतल-शामक (शीतवीर्य) हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा (गानो), फूल र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, गर्भस्थापक, रज-शुक्रजनक, बलकारक, सङ्ग्राहक, रजवीर्यस्तम्भक, बुद्धिवर्धक, पुनर्यौवनदाता, जीवनीयतत्त्वरक्षक, बलकारक, सप्तधातु उत्पादक, वातव्याधिहर, अस्थिसन्धानक, रसरक्तवर्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कटिवात, हाडको रोग, जोर्नी दुख्ने, वीर्यदोष, बाँझपन, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, लिङ्गशिथिल, नपुंसकता, चोट/ठोक्किएको, सुन्निएको, पेट पोल्ने, मस्तिष्कका स्नायुशिथिल, बुढौलीपन, आन्द्राका घाउ, मृगौला र मुटु सुक्नेरोग, कुपोषण, मासिकअधर्म, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। यसको मिहिनलेप घाउचोट र दर्दमा लगाउँदा छिटो लाभ पुर्‍याउँछ। **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

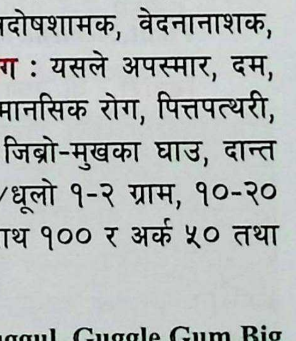
### २०३२. गोलकाँक्री दूधेजरा, वटी, अगुमकी, Goal Sweet Milky Root Creeper Plant, *Mukia* sp. (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** गोलकाँक्री लता उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट लामो लहरो, पुरानो जरा पहेँला र नयाँ सेता, भालेजातिको पहेँलो फुल्छ र अर्को पोथी सुनौलो फुल्ने, फल गोला, पाकेपछि रातोभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । फल र जराको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तरोगहर, मृदुविरेचक, पुष्टिकर, पत्थरीनाशक, मिर्गौलारोगमा लाभदायक, रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीस्तनसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ, गानोगोला, उदरकृमि, आउँ-पखाला, अर्श, निम्नरक्तचाप र मधुमेह, स्तन थुनेलो र दूधको कमी, गाँठा-गिर्खा, उदरशूल, पेट पोल्ने, सङ्ग्रहणी, मूत्ररोग, पत्थरी, कब्ज, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अग्निमन्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** जरा ३-५ ग्राम, फल १०-२० ग्राम, बीज २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा, फलस्वरस सुई २-१० मि.लि.३-५ पटक ।

### २०३३. गोरखमुण्डी, महामुण्डी, गोरखपान, मरेठी, परपरीया, Paracress Plant, Toothache Plant, *Acmella oleracea* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो मानववस्तीका हरेक माटोमा खेती गरिन्छ । यसले तुषारो र झरी मन पराउँदैन । यो आधा-३ फिट अग्लो, चेप्टो पात, सुनौलो फूल सदा फुल्छ, चेप्टो फल छिप्पिएपछि तेलीयबीज, सधैँ पाक्छन् । यो हरेक महिना उम्रने-बढ्ने, फुलिरहने र फलिरहने हुन्छ । यसको सुगन्धदायक बिरुवा ५-७ महिनामा सुक्छ । वर्षादमा केही कम उत्पादन हुन्छ । स्वाद परपराउने-कटु र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । यो गोरखनाथले पान गरेपछि घरेलु मसलाका रूपमा प्रयोग हुँदै आएको छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्मृतिदायक, कफनाशक, मस्तिष्क अर्बुदहर, बुद्धिवर्द्धक, वातनाशक, श्वरशोधक, शोथघ्न, जलशोषक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, श्वासरोगहर, कण्ठशुद्धिकर, दन्तदर्दहर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अपस्मार, दम, खोकी, पिनास, विस्मृति, गला-घाँटीको शोथ, टन्सिल, धातु, प्रमेह, शूल-वायुगोला, मानसिक रोग, पित्तपत्थरी, रुघा-चिसो, रक्तपित्त, वातरक्त, कुष्ठरोग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, घाउ-खटिरा, मृगी, जिब्रो-मुखका घाउ, दान्त दर्द-शूल, जलोदर, फोक्सो/श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/धूलो १-२ ग्राम, १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा, भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, फूल/फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०३४. गोकुलधूप पहेँलो, पीतरुक्षसुगन्ध, देवधूप गुग्गुल, Gum Nepali Yellow Guggul, Guggle Gum Big Gokuldhup Tree



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो लगभग ८०-१०० फिट अग्लो, काष्ठसार पहेँलो, पात लाम्चो ठूलो, तेलीय बीजहरू हुन्छन्। पुरानावृक्षमा घाउ-चोट पारी २-३ दिनमा झोलाभरि गुग्गुल धूप सङ्कलन गर्न सकिन्छ। स्वभाव उष्णवीर्य। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चोपको अभावमा बोक्रा वा बीज प्रयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, समस्त वात-व्याधिनाशक, स्नायु-नसासम्बन्धी रोगमा लाभदायक, वेदनानाशक, शोथहर, मेद-मज्जाकारक, विजातीयवायु निष्कासक,

शोथघ्न, अस्थिपोषक, अर्शोघ्न, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, मेदहर, वातपुष्टिकर, निद्राजनक, मदकारक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, अङ्ग दुख्ने, मेद-मज्जा नबन्ने, हाड खिइनु-घोटिनु, हाड/जोर्नी दर्द सूक्ष्मनसाहरूमा निष्क्रियता आउनु, समस्त प्रकारका वात, मेरुदण्ड-हाडको रोग, सन्धिखुकुलो हुने, ठोक्किएको, लडेको, सुन्निएको, अण्डकोषवृद्धि, हर्निया, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठागुठी, गुल्म, ढाड-कम्मर दर्द, अर्श, गर्भाशयको गिर्खा, बिबिरा, बेढङ्गे मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । रसराज वटी बनाउँदा वातनाशक ५-७ जडीबुटी रसमा गर्दा उत्तम हुन्छ । **मात्रा :** चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/चोप १-३ ग्राम, भस्म आधा-एक ग्राम, वटी २-३ गोली २-३ पटक दूध वा मनतातो पानीसँग खाने ।

**२०३५. गोर्खाली खुकुरीसिमी सेतो, गोर्खा बडासिमी, Gorkhali Khukuri White Poly Bean Plant, *Canavalia gladiata* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । माटो यो कालो मलिलो माटोमा प्रशस्त फल्छ । २०-३० डिग्री से. तापक्रममा खेती गरिन्छ र काउसोसमान काम गर्ने भनिन्छ । यो लता, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, फल खुकुरीसमान कोसामा भित्रदाना हुन्छन् । यो वर्षमा २ पटक फलाउन सकिन्छ । स्वाद मीठो हल्का टर्रो । स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** कोसाभित्रको गेडा । **गुण-धर्म-कर्म :** यो बलवर्द्धक, पुष्टिकर, रजोवीर्यवर्द्धक, अग्निवर्द्धक, वातहर, अतिश्रमको पीडाहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसको दानाले धातुरोग, जोर्नीवाथ, कमजोरी, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, दर्द, यौनकमजोरी, वीर्य पातलो, अतिश्रमको ज्वर, स्नायुगत-नसारोग, बुढौलीपन, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, सन्धिशोथ, कुपोषण इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो/खोटो ३-१० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, तेल १०, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, १ पात, १ फल, टुक्रा चुस्ने, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

**२०३६. गोरखमुण्डी कलेजी टुप्पो, महामुण्डी, गोरखपान, मरेठी, परपरीया, Paracress Plant, Toothache Plant, *Acmella oleracea* (Family : Asteraceae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो मानववस्तीका हरेक माटोमा खेती गरिन्छ । यसले तुषारो र झरी मन पराउँदैन । यो आधा-३ फिट अग्लो, चेप्टो पात, सुनौलो फूल टुप्पोमा कलेजी हुन्छ र फुल्छ, चेप्टो फल छिप्पिएपछि तेलीयबीज, सधैँ पाक्छन् । यो हरेक महिना उम्रने-बढ्ने, फुलिरहने र फलिरहने हुन्छ । यसको सुगन्धदायक बिरुवा ५-७ महिनामा सुक्छ । वर्षादमा केही कम उत्पादन हुन्छ । स्वाद परपराउने-कटु र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । यो गोरखनाथले पान गरेपछि घरेलु मसलाका रूपमा प्रयोग हुँदै आएको छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्मृतिदायक, कफनाशक, मस्तिष्क अर्बुदहर, बुद्धिवर्द्धक, वातनाशक, श्वरशोधक, शोथघ्न, जलशोषक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, श्वासरोगहर, कण्ठशुद्धिकर, दन्तदर्दहर, फुफ्फुसपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अपस्मार, दम, खोकी, पिनास, विस्मृति, गला-घाँटीको शोथ, टन्सिल, धातु, प्रमेह, शूल-वायुगोला, मानसिक रोग, पित्तपत्थरी, रुघा-चिसो, रक्तपित्त, वातरक्त, कुष्ठरोग, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, अर्बुद, घाउ-खटिरा, मृगी, जिब्रो-मुखका घाउ, दान्त दर्द-शूल, जलोदर, फोक्सो/श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/धूलो १-२ ग्राम, १०-२० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा, भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, फूल/फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०३७. गोरखमुण्डी कालो, श्यामामहामुण्डी, कृष्णमहामुण्डी, कालोगोरखनाथबुटी, Black Gorakhnath Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो लोपोन्मुख अवस्थामा छ। यो १-२ फिट अग्लो, मूलकाण्ड र हाँगा कालो, फूल/फल हल्का केही कालो, पात चेप्टो हुन्छ। स्वाद परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। बाबा गोरखनाथले गोरखधन्दा चलाउनु हुन्थ्यो। तामालाई सुनमा परिणत गर्ने र भिक्षा दिन नसक्नेलाई यही सुन दान दिएर छोडने चलन थियो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, धातुपरिवर्तक, केश-कपालरक्षक, कण्ठशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, जलशोषक, श्वरसुधारक, पत्थरीहर, पित्तनाशक, कफज्वरनिवारक, शिरोरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पिनास, कफवृद्धि, पत्थरी, पित्तरोग, कपाल छिटो फुल्ने-झर्ने, गला-घाँटीको समस्या, जलोदर, श्वासनली/फोक्सोशोथ, पित्तवृद्धि, कफज्वर, अति निद्रा, चिसो-रुघा, दायाँ नाक नखुल्ने, मृगी, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, फल १-२ वटा, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., पात १-३ वटा, मसला १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक।

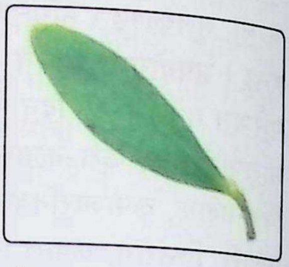
### २०३८. गोदी, लघुश्लेष्मान्तक, गाय गुँधी, Grey Leaved Saucer Berry Plant, *Cordia rothii* (Family : Ehretiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, सेतो फुल्ने, गोलाकार पहेँलो फलभित्र १ तेलीय तेलीयबीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफघ्न, स्निग्धजनक, पित्तनाशक, वाजीकर, केशरक्षक, कपाल सुधारक, स्त्रीधर्मनियामक, व्रणरोपक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यशोधक, रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, पित्तप्रकोप, अम्लपित्त, कामला, प्रदर, कपाल झर्ने-फुल्ने, रजःवीर्यदोष, सङ्ग्रहणी, अर्श, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २०३९. गोरखी, चेप्टिने बुटी, Black Gorakhnath Plant, *Acmella calva* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हिँउदमा सर्वत्र मिल्छ। यो १-२ फिट अग्लो, मुलकाण्ड र हाँगा, पात चेप्टो, सुनौलो फूल/फल चेप्टो थुङ्गामा, पाकेपछि मसिना तेलीय बीज हुन्छन्। स्वाद परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। बाबा गोरखनाथले गोरखधन्दा चलाउनु हुन्थ्यो। तामालाई सुनमा परिणत गर्ने र भिक्षा दिन नसक्नेलाई यही सुन दान दिएर छोडने चलन थियो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, धातुपरिवर्तक, केश-कपालरक्षक, कण्ठशुद्धिकर, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, जलशोषक, श्वरसुधारक, पत्थरीहर, पित्तनाशक, कफज्वरनिवारक, शिरोरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पिनास, कफवृद्धि, पत्थरी, पित्तरोग, कपाल छिटो फुल्ने-झर्ने, गला-घाँटीको समस्या, जलोदर, श्वासनली/फोक्सोशोथ, पित्तवृद्धि, कफज्वर, अति निद्रा, चिसो-रुघा, दायाँ नाक नखुल्ने, मृगी, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, फल १-२ वटा, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा तेल १० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., पात १-३ वटा, मसला १-२ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक।

### २०४०. गोखरुकाला, वनगोखरु, गोखुरेकलान, लतक, त्रिकुन्द्री, Wild Caltrops Plant, *Tribulus alatus* (Family : Zygophyllaceae)

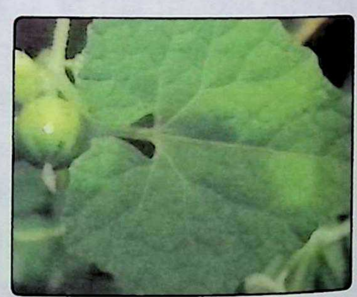


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात संयुक्त डालीमा दुवैतिर गएका रोमश पात, फूल थुङ्गामा पञ्चपत्रक, फल ३-५ भागमा विभाजित तिखा काँडा तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विबन्धनाशक, क्षुधावर्द्धक, ऋतुस्रावनियामक, प्रदाहशामक, मूत्रल, पत्थरीनाशक, मिर्गौला र मुटुरोगमा हितकारी, गर्भाशय पुष्टिकर, बलकारक, वातव्याधिहर, सन्तानदायक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भाशय विकार, प्रसूतिरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौलारोग, कब्ज, अर्श, मूत्ररोग, पत्थरी, हृदयरोग, बाँझोपन, स्त्रीरोग, दम, खोकी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २०४१. गोकुलवृक्ष सुनौलो, स्वर्णगोकुल, Golden Gokul Tree

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो बलौटो सुक्खा माटोमा मिल्छ । यो गुह्यशिरीषझैं फूल, टाटामा फलभित्र तेलीयबीज सुनौलो काण्डभित्रको काष्ठसार चोप पहेँलो, ८०-१५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, स्रावण-भाद्रमा टाटा निस्कन्छ र मसिनो तेलीयदाना हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, बोक्रा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, मेदहर, अर्बुदहर, वेदनानाशक, व्रणरोपक, शोथघ्न, अर्शोघ्न, गुल्महर, अस्थिपोषक, बलकारक, सङ्कोचक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, अर्श, गुल्म-गानो, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, गर्भाशयशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २०४२. गोलकाँक्री हृदयाकार पत्ते गर्मीको, Tropical Mukia Plant, *Mukia maderaspatana* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : गोलकाँक्री लता उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-२० फिट लामो लहरो, पात हृदयकार, डाँठ झुसे, पुरानो जरा पहेँला, पहेँलो फुल्ने, गोलाकार पाकेपछि रातो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । फल र जराको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, मृदुविरेचक, पुष्टिकर, पत्थरीनाशक, मिर्गौलारोगमा लाभदायक, रक्तचापव्यवस्थापक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, स्त्रीस्तनसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगतको कमी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, मुख-जिब्रोका घाउ, गानोगोला, उदरशूल, आउँ-पखाला, अर्श, उच्चरक्तचाप र मधुमेह, दुब्लो, स्तन थुनेलो, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, उदरशूल, पेट पोल्ने, सङ्ग्रहणी, मूत्ररोग, पत्थरी, कब्ज, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जरा ३-५ ग्राम, फल १०-२० वटा, बीज २-३ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा, फलस्वरस सुई २-१० मि.लि.३-५ पटक ।

### २०४३.गोकुलवृक्ष विशाल सेतो, गोकुल श्वेतवृक्ष, Gokul Gum White Tree

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो बास्नादार काष्ठसार सेतो, सदा हराभरा रहने विशालवृक्षको पात लाम्चो-ठूलो कफलो, सेतो रङको रूख, तेलीयबीजहरू, सेता जरा दायाँ-बायाँ धेरै फैलिन्छ। यो काठमा प्रयोग गरिन्छ तर पानीमा खप्दैन। यो काठ अलिअलि गन्हाउँछ, चोप निक्लन्छ। स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप, बोक्रा र बीज। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, सङ्कोचक, कफनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, अस्थिपोषक, गुल्महर, अर्बुदहर, मेदहर, अर्शोघ्न, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, जलोदर, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, पक्षवात, दम, खोकी, अर्बुद, मोटोपन, गानो-गुल्म, अर्श, गाँठ-गिर्खा, गर्भाशयशोथ, हाडको रोग, ढाड-कम्मरदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी १-५ वटा, तेल १० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २०४४. गोखुरु सानो, गोक्षुरक, चणद्रुम, छोटागोखरु, Land Caltrop Plant, Puncture Vine, *Tribulus lanuginosus* (Family : Zygophyllaceae)

**चिनारी** : यो प्रायः उष्ण जलवायुको सुक्खा ठाउँमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, जमिनमा नै फैलिन्छ, भुसिलो हाँगाहरू भएको, चनाको पातसमान केही ठूलो, काँडा र रौँले भरिएको, यो कुनै भ्याङ लाग्छ, पुष्प चक्राकार, चम्किलो पहेँलो, पाँचकोणीय काँडासहितको फलभित्र तेलीयबीज, जरा मुलायम, रेसादार १०-१५ से.मि. लाम्चो केही बास्नादार, भदौतिर फुल्छ र मंसिरमा फल पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, काण्ड र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, शोथहर, वातरोगनाशक, दर्दहर, पत्थरीहर, वेदनाशामक, कफनिःसारक, पित्तनाशक, वस्तिशोधक, बलकारक, शीतल, ज्वरघ्न, बृक्कपुष्टिकर, मासिकधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दुवै अश्मरी-पत्थरी, पौरषग्रन्थि वृद्धि, गर्भाशयशूल, मूत्रकृच्छ्र, अङ्गदर्द, ज्वर, पित्तवृद्धि, मिर्गौलाशोथ, मूत्राम्लदोषवृद्धि, वीर्यविकार, पिसाबको रोग, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रजःवीर्यविकार, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, मुख-जिब्रोका घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, चूर्ण/खोटो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### २०४५.गोरखमुण्डी सेतो हिमाली, Mountain Quick Plant

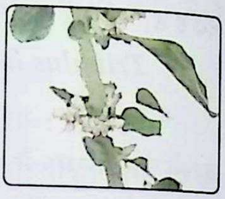
**चिनारी** : यो ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, भुसे, पात गोलाकार, फूल सेतो छिप्पिएपछि लाम्चो तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, निद्राकारक, विषघ्न, कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, लागूविकार निस्सारक, वातहर, धूम्रपान-मद्यपान छुटाउनमा उपयोगी, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, कफग्रस्त समस्या, पागलपन, मानसिकरोग, धूम्रपान-मद्यपानको कुलत, दम-खोकी, जलोदर, अपस्मार, अनिद्रा, फोक्सोशोथ, श्वासरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क ३० र स्वरससुई ५-१० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २०४६.गोर्खेलौरो लहरो, दूधेलहरो लौकाझैँ फल्ने, दूधेलौका लता, Gorkha Stick Creeper

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो दूधे बहुवर्षीय विशाल लता, धेरै हाँगाबिँगा फैलिने, पात लाम्चो आयाताकार गाढा हरियो सुल्टोतर्फ, लौकासमान फलभित्र भुवाहरू र तेलीय

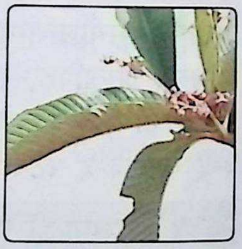
बीजहरू हुन्छन् । यो हागाँ काटेर सार्न सकिन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दुग्धवर्द्धक, रक्तरोगहर, वेदनानाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, चर्मरोगहर, अति पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, मासिकअधर्म, नसारोग, जार्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, रजःवीर्यदोष, दम-खोकी, हाडको रोग, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, रक्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र फलरस १०० मि.लि., पात १-२ वटा, गेडा १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०४७.गोरखबुटी, शतकाभेदी, कपुरीजडी, गोरखीगञ्ज, गोरखगाँजा, Mountain Knot Grass, *Aerva lanata* (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो ३००० मिटरसम्मको सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो भुइँमा फैलिन्छ, वर्षायु, टेढामेडा हाँगाहरूमा काँडा, जरा लाम्चो-सेतो वर्ण, पात चेप्टो गाढा हरियो, फूल हरियो-सेतो बालामा सेताम्य, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीज लाग्छन् र काला भएर पाक्छन् । यसको स्वाद मिठो-टर्रो-परपराउने र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, बलकारक, स्मृतिशक्तिदायक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पिसाबको रोग, पत्थरी, अनिद्रा, दम, खोकी, रक्सी-जाँडको कुलत, मानसिक तनाव, स्मृतिह्रास, विषप्रभाव, दुब्लाउँदै जाने, मूत्ररोग, मानसिक रोग, अपस्मार, मृगी, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल/अर्क र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०४८. गोगन, गोगने, Tingir Tree, *Saurauia napaulensis* (Family : Actinidaceae)



**चिनारी** : यो ७००-२१०० मिटरसम्मको पहाडी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, बोक्रा रातो खैरो, कलिलो हाँगामा रौँ, पात लाम्चो आयाताकार-नरम दन्तुर, भित्रतिर हल्का रातो वर्ण, वैशाख-असारमा गुलाबी फूल, गोलाकार रातो मांसल फलभित्र स्यानो-खैरो वा पहेँलो तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो-हल्को टर्रो चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, चोप, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पित्तज्वरनिवारक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, तृप्तिकारक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, ज्वर, अर्श, कब्ज, मासिकअधर्म, प्रदर, मुख सुक्ने, पेट पोल्ने, आन्द्रा सुक्खाराम, रक्तरोग, रक्तस्राव, कुपोषण, मुखका बिबिरा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, शिरको जलन, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., चोप १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा, बीज १-३ ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०४९.गोब्रेसल्ला नीर, नीलोसल्ला गोबरे, कैकाठ, Blue Pine Tree, *Pinus* sp. (Family : Pinaceae)

**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरको चिसो हावापानीमा पाइन्छ । यो पानी नजम्ने छिद्रयुक्त बलौटे ढुङ्ग्यान माटोमा हुन्छ । यो ८०-१३० फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू आकाशिएका, पात संयुक्त सियोसमान निलो वर्णको, फूल निलो, तेलीयबीज लाग्छ र पाक्छ । घोगामा बीजहरू तेलीय हुन्छन् । यसको स्वाद परपराउने-

टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, अर्बुदहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, मेदहर, सुगन्धदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको बीजले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात इत्यादिमा लाभ गराउँछ । यसको बोक्रा र पातले चर्मरोग, झाडावान्ता, शरीर सुन्निने, गर्भाशय शोथ, दम-खोकी, मोटोपन, पिनास, अर्श, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : बीज ३-५ वटा, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०५०. गोगन गर्मीको, उष्णगोगने, Tropical Tingir Tree, *Saurauia* sp. (Family : Actinidiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, बोक्रा रातो खैरो, कलिलो हाँगामा रौँ, पात लाम्चो आयाताकार-नरम दन्तुर, भित्रतिर हल्का रातो वर्ण, वैशाख-असारमा गुलाबी फूल, गोला रातो फलभित्र स्यानो-खैरो वा पहेँलो तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो-हल्को टर्रो-चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, चोप, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पित्तज्वरनिवारक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, तृप्तिकारक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, ज्वर, अर्श, कब्ज, मासिकअधर्म, प्रदर, मुख सुक्ने, पेट पोल्ने, आन्द्रा सुक्खाराम, रक्तरोग, रक्तस्राव, कुपोषण, मुखका बिबिरा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, शिरको जलन, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., चोप १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा, बीज १-३ ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०५१. गोगन गाई, गाईगोगन, Cow Tingir Tree, *Saurauia nepaulensis* (Family : Actinidiaceae)

**चिनारी** : यो ३००-२४०० मिटरसम्मको पहाडी हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, बोक्रा रातो खैरो, कलिलो हाँगामा रौँ, पात साँगुरो लाम्चो नरम दन्तुर, वैशाख-असारमा रातो फूल, गोला रातो मांसल फलभित्र स्यानो-खैरो वा पहेँलो तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो-हल्को टर्रो चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, बीज, फूल, चोप, बोक्रा र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पित्तज्वरनिवारक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मृदुरेचक, हृदयहितकारी, तृप्तिकारक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कमलपित्त, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, पित्तवृद्धि, ज्वर, अर्श, कब्ज, मासिकअधर्म, प्रदर, मुख सुक्ने, पेट पोल्ने, आन्द्रा सुक्खाराम, रक्तरोग, रक्तस्राव, कुपोषण, मुखका बिबिरा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, शिरको जलन, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., चोप १-३ ग्राम, फल ५-१० वटा, बीज १-३ ग्राम, खोटो १-२ ग्राम, बोक्रा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०५२.गोबरेच्याउ केही पहेंलो, भुइँछत्ता, Vuichhatta Chyau Dung Mushroom, *Agaricus* sp.
(Family :Agaricaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो मलखाद्य राखेको ठाउँमा ५-७ अङ्गुल अग्लो, एक डन्डी भएको छातासमान हुन्छ । छातामुनि पातलो झिल्लीमा बीजाणु रहन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, मेधाजनक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, रगतविकार, कटिवात, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, रक्तस्राव, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, हृदयरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, दुब्लोपन, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २०५३.गोगोच्याउ, नयनय (Am), Phabang Goti, Puffball Mushroom, *Lycoperdon perlatum*
(Family : Agaricaceae)

**चिनारी** : यो ३५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सेतो केही रातो रङको गोलाकार च्याउ हो । यो असार-भाद्रमा उम्रन्छ । यो गोला च्याउ उम्रेपछि धेरैदिन रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेधाजनक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग,कटिवात, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, मूत्ररोग, गृध्रसी, मुटुको रोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, प्रदर, धातुस्राव, रजवीर्यदोष, रगतविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । सङ्कलन : भदौ-कार्तिक । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २०५४.गोरखनाथधान, हिमाली गारखी धान, Himalayan Gorakhnath Rice

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, लाम्चो पात, बालामा फुल्ने र फल्ने, पाकेपछि दाना हल्का रातो भित्र चामल चुच्चो, पकाउँदा लेसिलो-चिप्लो-चाम्रो हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-स्वादिष्ठ र स्वभाव शामक, न ठन्डा न गरम हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फलको भित्री भाग चामल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्नेहनजनक, पुष्टिकर, दर्दनाशक, पेटशुद्धिकर, मूत्रल, वातहर, तृप्तिदायक, रजःवीर्यसुधारक, सन्तानदायक, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यो चामल भिजाएर घ्यूमा पकाएको लट्टे/चाम्रेले शारीरिक कमजोरी, बाँझोपन, कमजोर गर्भाशय, हाडको रोग, सन्धिशोथ, कटिवात, दर्द, जोर्नीवाथ, सुन्निएको,

नपुंसकता, थकावट, अधिकश्रमको पीडा सन्चो गर्छ। यो भिजाएको चामलले कब्ज, पिसाब नहुने, जीर्ण पेटको रोग, प्यासरोग, रक्तार्श, वादी अर्श, सङ्ग्रहणीमा फाइदा पुऱ्याउँछ। यो चामलको विभिन्न मिठाइ परिकार बन्छ। **मात्रा :** लट्टे/चाम्रे ५०-१०० ग्राम, रोटी १-३ वटा, भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, भात पेटभर २-३ पटक।

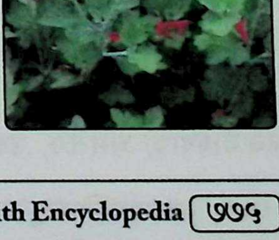
### २०५५. गोदाबरीफूल पहेँलो, पीतचन्द्रमल्लिका, गुलदाउदी, बगौरा, Ye Ju Hua, Yellow Wild Chrysanthemun, *Chrysanthemum indicum* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो प्रायः उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो भ्याङ, पात लाम्चो चुच्चो दन्तुर छिन्नभिन्न, फूल पहेँलो वा सुनौलो छिप्पिए पछि तेलीय बीज हुन्छन्। यो शोभा दिने भनेर लगाइन्छ र असोज-कार्तिक-मंसिरमा फुलिरहन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अग्निकारक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, मेदहर, मधुमेहमा उपयोगी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, क्षय, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, ज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, पत्थरी, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, प्रदर, प्रमेह, अर्श, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप, पेट पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, उदररोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसले पाचनक्रियाको विकृति, आँत-आन्द्राको विकार र अतिसारमा लाभ गर्छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस १ माना, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### २०५६. गोरुतिहारे, बयलत्यौहार, Ox Ear Leaf Plant, *Senecio cappa* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको १३००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो रोमश, ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, झुप्पामा पहेँलो वास्नादार फुल्छ, पुष्प परिपक्वपछि अति मसिना तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, पत्थरीहर, मेदहर, ज्वरनिवारक, वेदनानाशक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपन, आमवात, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, मूत्ररोग, नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ, कटिवात, हाड-ढाड दर्द, गानो, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २०५७. गोदावरीफूल रातो, Godabari Red Flower Plant



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, चम्चेपात आयाताकार लाम्चो दन्तुर, फूल रातो, फल बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव बीज गरम, अन्यभाग शीतल र स्वाद अन्यभाग मिठो, बीज मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, पित्तज्वरनिवारक, यकृतपोषक, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, उदररोगनाशक, मेदहर,

वातहर, बलकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ३-१० र बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

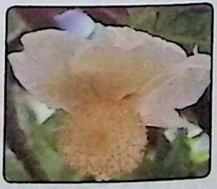
### २०५८. गोदावरीफूल सेतो, White Godabari Flower

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, चम्चेपात लाम्चो दन्तुर, फूल सेतो, फल बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव बीज गरम, अन्यभाग शीतल र स्वाद अन्यभाग मिठो, बीज मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, पित्तज्वरनिवारक, यकृतपोषक, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, उदररोगनाशक, मेदहर, वातहर, बलकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, पेटकारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ३-१० र बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०५९. गोबरचम्पा मन्दिरे, खेरचम्पण, फ्राङ्गीपानी, Temple Tree, *Plumeria acutifolia* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, दूधे, पात लाम्चो ठूलो, बास्नादार, सेतो-पहेँलो फूल फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग**: सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, हाडकोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले त्रिदोषवृद्धि, पेटका जुका, मासिकअधर्म, प्रमेह, प्रदर, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, दुबी, दाद, लुत्तो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

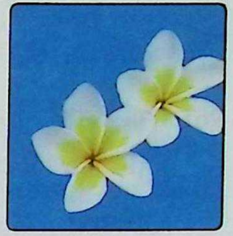
### २०६०. गोरखतुम्बा, गोरक्ष तुम्बी, Dead Rat Tree, Baobab, *Adansonia digitata* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५०-८० फिट अग्लो, संयुक्त पात ५-७ वटा लाम्चो, फूल सेतो फुल्ने, फल अण्डाकार-बेलनाकारभित्र रातो रेसादार गुदी र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही तितो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, दर्द, सुक्खा दम-कफ समस्या, प्रदर, मोटापा, मुख- जिब्रोका बिग्रेको घाउ,

उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, आउँ, पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिबिरा, गलगण्ड, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा, साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

**२०६१. गोलाइँची ठिल्के, मुखचुहा, गुरैची, गुल्चीन, Frangipani Tree, *Plumeria acutifolia* (Family : Apocynaceae)**

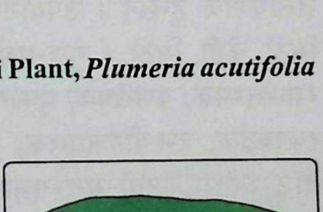


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो फेद पीत, बोक्रा र काठका सार सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो र पुष्प मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुख-पेटमा घाउ-खटिरा, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**२०६२. गोपाली, गोपालावृक्ष, Shree Gopali Tree**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, बाक्लो पात लाम्चो, सेतो फूल फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, हाडकोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक, गर्भाशय सङ्कोचक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, दुबी, दाद, लुत्तो, दादुरा, जनैखटिरा, उदरशूल, कर्णरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

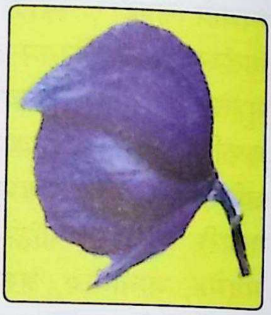
**२०६३. गोलाइँची सुनौलो, सुनचुहा, सुनगुरैची, स्वर्णगुल्चीन, Golden Frangipani Plant, *Plumeria acutifolia* (Family : Apocynaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, काष्ठसार र बोक्रापीत, पात फराकिलो लाम्चो, फूल र केशर सुनौलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, कफघ्न, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक,

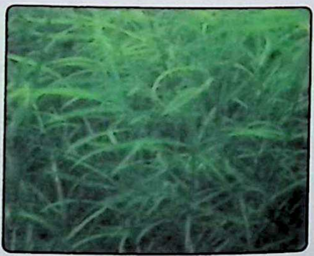
रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, अग्निकारक, यौनरोगहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, दम, खोकी, मुख-पेटमा घाउ-खटिरा, श्वरनलीशोथ, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, मासिकअधर्म, मोटापना, सरुवारोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०६४. गोब्री नीर, गोबुर, मीठा जहर, बनवाविष, Helmet Shaped Flower, Aconite Plant, *Aconitum balfourii* (Family : Ranunculaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो त्रिशूलआकार छिन्नभिन्न दन्तुर, फूल अति नीलो फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज, जरा सेलामा १-३ वटा लाम्चो उपजरासहित रहन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण उत्तेजक र स्वाद मिठो-टर्रो कोक्याउँछ । जरा ३ दिन गोबरह्रासमा गाडी पञ्चगव्यमा ३-१० पटक बफाउने-सुकाउने गरी शोधन-मारण गरिनुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, सर्पदंश, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरा, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरशोथ, सन्निपातज-असाध्यरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, एचआईभी/एड्स, पागल जनावरको टोकाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ चामल जति, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ ग्राम १-३ पटक ।

### २०६५. गोपीघाँस, गोपिनी, Guppygrass, Waternymph Plant, *Najas guadalupensis* (Family : Hydrocharitaceae)

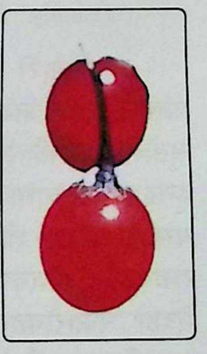


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण सीमसार क्षेत्रमा पाइन्छ । गर्मीकाचिस्यान वा पानीमा धेरै उम्रन्छ । यो हरियो वर्णको झार १-२ फिट अग्लो, पात मसिनो सुइरे २-३ से.मि. लामा हुन्छन्, पहेँलो-हरियो फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०६६. गोलभेंडा र आलुलहरो, आलुलहरो, कन्दवल्ली, Nightshade Potato and Tomato, Solanum Nightshade Mix Plant, *Solanum seaforthianum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो गोलभेंडा र आलु मिसिएको भ्याङ्ग हो। यो १०-३० फिट लहरिने लाम्चो लहरो, फूल हल्का निलो-सेतो र केशर पहेंलो, पात चेप्टो वा लाम्चो र खण्डित, फल गोलभेंडाझैं सुरुमा हरियो र पाकेपछि रातो फलभित्र रस र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, हृदयहितकारी, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउखटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल आमवात, कटिवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/ काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २०६७. गोलभेंडा र आलुलहरो कलेजी फुल्ने, आलुलहरो, भन्टावल्ली, Woody Nightshade Creeper, Snakeberry Bitter–Sweet Nightshade Vine, *Solanum dulcamara* (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लाम्चो लहरिने बिरुवा हो। यसको पात चेप्टो चुच्चो, फूल कलेजी वा बैजनी र केशर पहेंलो, गाढा रातो गोलभेंडाजस्तो फलभित्र रस र सेता/खैरा तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ, खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल, आमवात, कटिवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/ काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २०६८. गोर्खालीघाँस, सिस्नुभाई, Gorkha Grass, Ramie Plant, *Boehmeria nivea* (Family : Urticaceae)

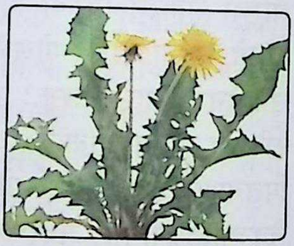
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट अग्लो, चोपदार वृक्ष, पात चेप्टो, लाम्चो बालामा फूल हरियो-पहेंलो फुल्ने, तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, अर्बुदहर, यौनरोगनाशक, वातनाशक, शोथघ्न, वेदनानाशक, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक,

उदररोगहर, पिनासहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले यौनरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, गानो, कमलपित्त, अमलपित्त, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, कटिवात, पक्षाघात, गृध्रसी, भिरङ्गी-फिरिङ्गी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, शूल, पेट पोल्ने-दुख्ने, आउँ-पखाला, आन्द्राको घाउ, कफग्रस्त दम-खोकी, अज्ञातरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, भस्म/खोटो/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०६९. गोठाले काँक्रो अति सानो, गोपालकर्कटी, Gothale Kankri Plant

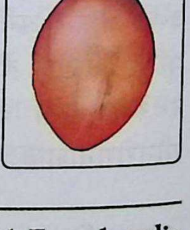
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लहरो धेरै फैलिन्छ, असार-साउनमा हरियो पहेँलो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू, गोला पात, सेता रङका धेरै जरा हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, बृक्कपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, अश्मरी, प्रमेह, धातुरोग, शारीरिक गर्मी, अजीर्ण, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल टुक्रा ५-१० ग्राम, हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार वा सलाद २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २०७०. गोठालेसाग, घामफूल वनगोभिपाते, वन्यकाशनी, दूधली, Dandelion Milky Plant, *Taraxacum officinale* (Family : Asteraceae)



**चिनारी :** यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, चिल्ला पात लाम्चो आयाताकार दन्तुर, कोपिला दण्डमा सेतो भुवाहरू रहेको थुङ्गा सुनौलो घामझैँ फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । बीजमा नरम तेल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वाद मिठो केही तितो लाग्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अग्निकारक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, मेदहर, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, बलकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कामला, अतिसार, यकृतविकार, जीर्णज्वर, पित्तवृद्धि, राजयक्ष्मा, रक्तरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, प्रमेह, मधुमेह, रक्तदोष, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कलेजोरोग, समस्त हेपाटाइटिसहरू, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, अग्निमन्द, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग बफाएको/उसिनेको/पकाएको ३०-१०० ग्राम, दूध ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

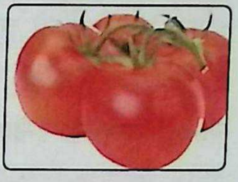
### २०७१. गोलभँडा अमिलो रूख, पिच्ची, Tomato Tree, *Solanum betaceum* (Family : Solanaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, सेतो फुल्ने, अण्डाकार लाम्चो फलभित्र गुदी र काला तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अरुचि, निम्नरक्तचाप,

मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २०७२. गोलभैंडा नास्पतिसमान, रक्ताङ्ग, Pear Tomato Plant, *Solanum lycopersicum* (Family : Solanaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो चुच्चो, सुनौलो फुल्ने, नपाक्दा पहेँलो र पाकेपछि रातो नास्पतिसमान अण्डाकार फलभित्र गुदीयुक्त तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, रक्तवर्द्धक, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, पित्तज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अग्निमन्द, रक्ताल्पता, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

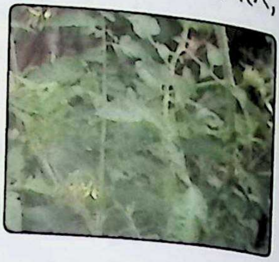
### २०७३. गोबरी पहेँलो, गोबुरपीत, Yellow Gobur Plant

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो त्रिशूल आकार छिन्नभिन्न दन्तुर, फूल पहेँलो फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज, जरा सेलामा १-३ वटा लाम्चो उपजरा सहित रहन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण उत्तेजक र स्वाद मिठो-टर्रो र कोक्याउँछ। जरा पञ्चगव्यमा ३-५ पटक बफाउने-सुकाउने गरी शोधन-मारण गरिएको खानेमा प्रयोग हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, सर्पदंश, मूत्रकृच्छ्र आन्द्राको खटिरा, पेटका घाउ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या, असाध्यरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ चामलजति, काँढापानी एक मुख, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा १-३ पटक।

### २०७४. गोलभैंडा खुर्सानीसमान, रक्ताङ्ग, Federle Tomato Plant, *Solanum lycopersicum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ३-१० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो चुच्चो, सुनौलो फुल्ने, नपाक्दा पहेँलो र पाकेपछि रातो खुर्सानीसमान अण्डाकार फलभित्र गुदीयुक्त तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** :

यो रक्तवर्द्धक, रुचिकर, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, कब्ज, रक्ताल्पता, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।



### २०७५. गोलभँडा इन्द्रेणी, रक्ताङ्गः, Rainbow Tomato Plant, *Solanum lycopersicum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट लामो लहरो, पात लाम्चो वा चेप्टो चुच्चो, पहेँलो फुल्ने, विभिन्न रङको फर्सीजस्तो गोलाकार फलभित्र गुदीयुक्त तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल, आमवात, कटिवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २०७६. गोबरे, तण्डुल, वरिचातान्दुल, Dung Smell Plant, *Coprosma rigida* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, धेरै झ्याङ्गिन्छ, काण्डमा काँडाहरू, पात चेप्टो, बास्नादार, फूल सेतो, फल गोलाकार पाकेपछि सुनौलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू, चोप निस्कन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो केही तितो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, वातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ॠतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, रक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउ, खटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, मुखपाक, रक्तस्राव, तनाव, पत्थरी, आमवात, दाद, दुबी, दादुरा, तनाव, अर्श, कब्जियत, पित्तरोग, कमलपित्त, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, पाचनशक्ति शिथिल इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फलखोटो/चटनी-अचार ५-१० ग्राम, चोप १-३ ग्राम, फल १-३ वटा ३-५ पटक ।

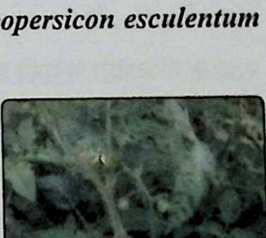
### २०७७.गोलबन्दे सुनौलो, स्वर्णटमाटर, सुवर्णटमाटर, Golden Tomato Plant, *Lycopersicon esculentum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट लाम्चो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, पाकेपछि सुनौलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो-स्वादिलो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले हृदयाघात, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। फलरस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-१०० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल ३-१० वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २०७८.गोलभोडा सानो नेपाली, अङ्गुरगोलभेंडा, सूक्ष्मटमाटर, Local Nepali Tomato Plant, Grape Tomato, *Solanum lycopersicum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, पाकेपछि पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकरजश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्ताल्पता, भोक नलाग्ने, खाना नपच्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-१०० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल ३-१० वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २०७९.गोलभोडा रातो, टमाटर, लालटमाटर, रक्ताङ्गः, Red Tomato Plant, *Lycopersicon esculentum* (Family : Solanaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट लाम्चो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, पाकेपछि राता फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक,

आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले नेत्ररोग, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकरजश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्रशक्ति कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्ताल्पता, उदरजलन इत्यादि सन्चो गराउँछ। फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-५० ग्राम, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

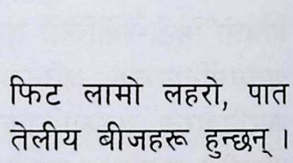
### २०८०. गोलभोडा रूख, टमाटर, Yellow Fruit Tree Tomato Plant, *Solanum betaceum* (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट लाम्चो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो, पाकेपछि पहेँला फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, हृदय सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्रकमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-३० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २०८१. गोलभेँडा तुम्बे, बडा टमाटर, रक्ताङ्गः, Big Tomato

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट लामो लहरो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, फल तुम्बासमान पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिक रजश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। फलरस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-५० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल ३-१० वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २०८२. गोलभेँडा पहाडी सानो, सानो गोलभेँडा, रोमश सूक्ष्मटमाटर, रक्ताङ्गः, Tomberry, Smallest Tomato, *Solanum lycopersicum* (Family : Solanaceae)



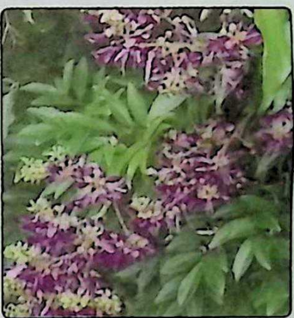
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, पहेँलो-रातो पाकेपछि पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल। स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो र मिठो-स्वादिलो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर,

पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले भतत पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग, रक्ताल्पता, आँखारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । फल रसखानाले तत्काल रगत बढाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-१०० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल ३-१० वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०८३. गोलभँडा जीरे, जिराटमाटर, जीराटमाटर, Cumin Tomato Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो वा लाम्चो, पात लाम्चो संयुक्त काटिएका, फूल पहेँलो, फल पाकेपछि पहेँला फलभित्र गुदी र जिरासमान तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिक रजश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । फलरस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार/साग १०-१०० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फल ३-१० वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०८४. गोन्जोलता, गञ्जागोल लहरो, Thick Clover Vine, *Millettia pachycarpa* (Family : Fabaceae)



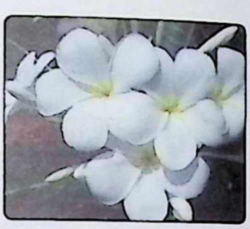
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो प्रायः सालवृक्षमा चढछ । यो २०-१०० फिट लामो लहरो, पत्र आयाताकार-लाम्चो, फूल निलो/बैजनी फुल्छ, एकबित्ता लाम्चो कोसामा भित्र चेप्टो तेलीयबीज लाग्छन् । स्वभाव शीतल स्वाद मिठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक, अतिश्रमहर, अग्निकारक, सन्तानदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, जोर्नीवाथ, कटिवात, नेत्ररोग, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, रक्तस्राव, दम-खोकी, रक्ताल्पता अतिश्रमको पीडा, दुर्बलता, दुब्लोपन, हाड-ढाडको रोग, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०८५. गोलभँडारूख रातो, लाम्चो चर्को अमिलो गोलभिन्डो, Red Tomato Tree

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो-हरियो/ पहेँलो, पाकेपछि पहेँलो लाम्चो फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग**

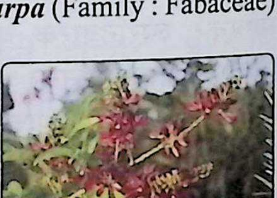
: फल । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ५-१० ग्राम, साग २०-५० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क १०० मि.लि., फल ३-१० वटा, फलस्वरससुई ३-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०८६. गोलाइची सेतोमा पहेँलो दागको, गलैंची, Frangipani Tree, *Plumeria alba* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो १०-२० से.मि., फूल सेतो-पहेँलो टीके, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, रक्तरोग, यसले फोक्सोको जलन, दम, खोकी, गानोगोला, मोटोपन-कोलेस्टोरल, फोक्सेमासु लागेको, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, समस्त पेटका कृमि, आउँ-पखाला, जलोदर, यौनरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, दूध ३-१० थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०८७. गोन्जोलता रातो, गन्जागोल लहरो, Red Hick Clover Vine, *Millettia pachycarpa* (Family : Fabaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीको १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो प्रायः सालवृक्षमा चढछ । यो २०-१०० फिट लामो लहरो, पात आयाताकार-लाम्चो, फूल रातो फुल्छ, एकबित्ता लाम्चो कोसामा भित्र चेप्टो तेलीयबीज लाग्छन् । स्वभाव शीतल स्वाद टर्रो केही मिठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक, अतिश्रमहर, अग्निकारक, सन्तानदायक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, जोर्नीवाथ, कटिवात, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग,

रक्तस्राव, दम-खोकी, रक्ताल्पता अतिश्रमको पीडा, धातुदुर्बलता, दुब्लोपन, हाड-ढाडको रोग, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, बाँझोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २०८८. गोलाइँची सेतो-रातो फुल्ने, क्षीरचम्पक, Pagoda Tree, Red-White Frangipani Plant, *Plumeria rubra*
(Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो १०-२० से.मि., फूल सेतो-रातो, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो-हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कृमिमारक, यौनरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, रक्तरोग, फोक्सोशोथ, दम, खोकी, गानोगोला, मोटोपन, फोक्सेमासु लागेको, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, समस्त पेटका कृमि, जलोदर, यौनरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., दूध ३-१० थोपा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०८९. गौरीशंकर रुद्राक्ष, Gouri Shankar Double Eyes Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । आत्मासँग परमात्मा मनयोग जोडिएको मानिन्छ। यो ४०-१०० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, लाम्चो फलमा गौरीशंकर रुद्राक्ष हजारौंमा एक मिल्छन् । यसको तान्त्रिकसिद्धिमा साधकजनले साधनाद्वारा स्व-ऊर्जा जागृत गरी आध्यात्मिक आनन्दको महसुस गर्दछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । बीजको स्वभाव उष्ण पूजा-ध्यान-धारणामा लगाइन्छ भने अन्यभाग स्वाद टर्रो हल्का मिठो हुन्छ जसबाट ओखती गरिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रसायन, हृदयरोगमा हितकारी, राजयक्ष्मानाशक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०९०. गौरीबेत, गोरीब्याट, पर्वतबेत लता, Rotang Plant, *Calamus tenuis* (Family : Arecaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-१०० फिट लामो लहरो, काण्ड कण्टकदार, ३०-६० से.मि. लामा संयुक्त पात धारीदार जिब्रोसमान, कडा डाँठ रबरझैं दुनिने, फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, रुघा, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, मधुमेह, प्रदर, प्रसूति व्यथा, अर्श, आन्द्राको निष्क्रियता, पिनास, टन्सिल, छाती चर्किने, आउँ, पखाला, रक्तविकार, गर्भाशयशोथ, हैजा, योनिरोग, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, आन्त्रपुच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको घरायासी सामानहरू धेरै बनाइन्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २०९१. गौरियाधान, गर्मीधान, Gouria Rice

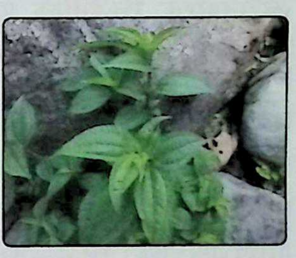
**चिनारी** : यो उष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धानलाई तराईका जिल्लाहरूमा सुकिलो अन्न भनिन्छ । यो कम पानी भएको बलौटे माटोमा धेरै फल्छ, साउनमा रोपिन्छ भने असोज-कार्तिकमा पाक्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात सागुँरो भालाकार दुवैतिर गएका, सेतो हरियो फुल्ने, फल कालो धानभित्र रातो चामल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक,पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, इत्यादि सन्चो गराउँछ । दही चामलले घाम गडेको निकाल्छ, पित्तनाश गराउँछ, मलमूत्र शुद्ध र हाडको गर्मी निकाल्छ, पेट पोल्नेमा लाभ पुऱ्याउँछ । **मात्रा** : भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ माना, दही-चामल/भात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना ३-५ पटक ।

### २०९२. गौलेतो नकथोप्ली, गग्लेतो, गलिको, गक्लेती पिना, Golio, Stalked Dischead Plant, *Lecanthus peduncularis* (Family : Urticaceae)

**चिनारी** : यो २००-४००० मिटरसम्मको जलवायुमा पाइन्छ । यो चिस्यान धेरै मिल्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात चेप्टो दन्तुर, डाँठ र पात मुलायम लुलो, फूल हरियो-पहेँलो टुप्पामा फुल्ने, महिलाले नाकमा लगाउने फुलिझैं फल गोलाकार हरियो-पहेँलो रातो भएर पाक्छ । भित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल, स्वाद खल्लो केही मिठो र चिप्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्क/हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक,

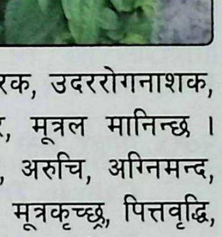
तृप्तिकारक, जलननाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, मुटुको कडापन, हैजा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, मलेरियाज्वर, वातरक्त, रक्तचाप इत्यादि सन्चो बनाउँछ। गौलेतोलाई पिसेर नुहाउँदा छालाको मयल जान्छ, छाला मुलायम बनाउँछ, चर्म प्राकृतिक रङमा ल्याउँछ र छालाको सुन्दरता छिटो बढाउँछ, कपालको जुम्रा-लिखा-चाया तत्काल हटाउँछ। यसको घाँस पशुहरूले खाँदा पातलो छेर्छन। पशुहरूको गर्मी र पित्तरोग फाल्छ। छालामा कत्ला पर्ने समस्यामा लेप लगाउँदा हराउँछ। यसको साग खाने चलन छ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

**२०९३. गौलेतो नकथोप्ली ठूली, गत्लाती, भैँसे पिना, Weeping Lady Plant, *Elatostema sessile***
(Family : Urticaceae)



**चिनारी** : यो ५००-३५०० मिटरसम्मको जलवायुमा पाइन्छ । यो घाम नलाग्ने चिस्यानमा धेरै मिल्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो दन्तुर, डाँठ र पात मुलायम लुलो, फूल हरियो पहेँला टुप्पामा फुल्ने महिलाले नाकमा लगाउने फुलिझैं गोलाकार हरियो-पहेँलो रातो भएर पाक्छ फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल, स्वाद खल्लो केही मिठो र चिप्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्क/हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, पत्थरीनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग- हेपाटाइटिस, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, रक्तचाप, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानो-गोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, वातरक्त, उच्चरक्तचाप, इत्यादि सन्चो बनाउँछ। गौलेतोलाई पिसेर नुहाउँदा छालाको मयल जान्छ, छाला मुलायम बनाउँछ, चर्म प्राकृतिक रङमा ल्याउँछ र छालाको सुन्दरता छिटो बढाउँछ, कपालको जुम्रा-लिखा-चाया तत्काल हटाउँछ। छालामा कत्ला पर्ने समस्यामा लेप लगाउँदा हराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, फल ५-१० वटा, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

**२०९४. गौखुर सानो, छोटीगोक्षुर, कण्टकफल, चणद्रुम, Puncture Plant, Small Caltrap, *Tribulus terrestris***
(Family : Zygophyllaceae)



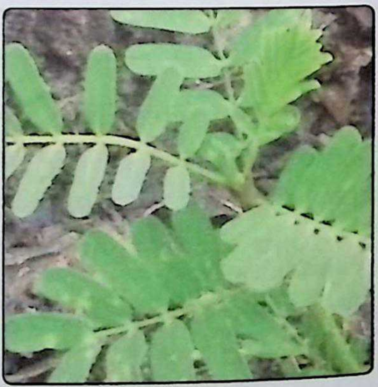
**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो रोमश, १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, पहेँलो फुल्छ, तीनचोसे काँडादार फलमा भित्र पिठो वा तेलयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक,

ज्वरनिवारक, अस्थिहितकारी, वेदनानाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ, कटिवात, हाड-ढाड दर्द, गानो, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौलारोग, शुक्राश्मरी, वीर्यश्रावमा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०९५. गौरीधान कालो, Gouri Dhan, Scented Gouri Rice

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ । यो मगमग बास्नादार आउँछ। यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, सेतो फुल्ने, धानका दाना कालोभित्र चामल सेतो हुन्छ। यो साउनमा रोपेर मंसिरमा पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चामल, जरा र ताजा नल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाको रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटको रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २०९६. गौखुर-सेतो सानो, छोटीगोक्षुर, श्वेतकण्टकफल, चणद्रुम, Whitr Puncture Plant, White Small Caltrap, *Tribulus terrestris* (Family : Zygophyllaceae)

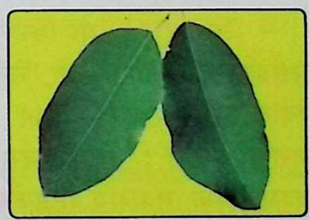


**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो रोमश, १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, सेतो फुल्छ, तीनचोसे काँडादार फलमा भित्र पिठो वा तेलयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, बलवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, अस्थिहितकारी, वेदनानाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मिर्गौलारोग, शुक्रअश्मरी, वीर्यश्राव मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, पत्थरी, कुपोषण, उदरशूल, अर्श, हैजा, मुखपाक, रक्तातिसार, मूत्ररोग, नसारोग, दम, खोकी, ज्वर, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, गृध्रसी, आमवात, अङ्गशोथ, कटिवात, हाड-ढाड दर्द, गानो, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क १०० मि.लि., बीज ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २०९७. गौलेतो थुँगे, गग्लेतो, गलिको, गक्लेती पिना, **Rounded Flower,** ***Lecanthus peduncularis*** (Family : Urticaceae)

**चिनारी** : यो २००-४५०० मिटरसम्मको जलवायुमा पाइन्छ । यो चिस्यान धेरै मिल्छ । यो आधा-तीन फिट अग्लो, पात चेप्टो दन्तुर, डाँठ र पात मुलायम लुलो, फूल हरियो पहेँला थुङ्गामा फुल्ने महिलाले नाकमा लगाउने फुलिफैं गोलाकार हरियो-पहेँलो रातो फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल, स्वाद खल्लो केही मिठो र चिप्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो बृक्क/हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, जलननाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, मृदुरेचक, चर्मरोगहर, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, रक्तरोग, रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, मुटुको कडापन, हैजा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, गर्मीपित्तज्वर, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, आमवात, मलेरियाज्वर, वातरक्त, रक्तचाप इत्यादि सन्चो बनाउँछ । गौलेतोलाई पिसेर नुहाउँदा मनुष्य छालाको मयल जान्छ, छाला मुलायम बनाउँछ, चर्म प्राकृतिक रङमा ल्याउँछ र छालाको सुन्दरता छिटो बढाउँछ, कपालको जुम्रा-लिखा-चाया तत्काल हटाउँछ । यसको घाँस पशुहरूले खाँदा पातलो छेर्दैन । पशुहरूको गर्मीपित्तरोग फाल्छ । छालामा कत्ला पर्ने समस्यामा लेप लगाउँदा हराउँछ । यसको साग खाने चलन छ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो ५-१० ग्राम, फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

### २०९८. गौर, बाँजी, धव, दृढतरु, धौठी, दाओया, तखिनु, धावडा, **Ghati Gum, Button Tree, Axlewood,** ***Terminalia anogeissiana*** (Family : Combretaceae)

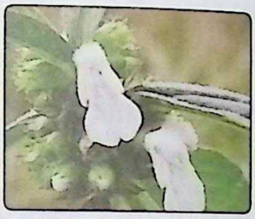


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो-हरियो फुल्ने, चोप निस्कन्छ, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, पुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, प्रमेह, प्रदर, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, टन्सिल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श, तनाव, निम्नरक्तचाप, मृगी, मानसिक रोग, अतिरजश्राव, प्रवाहिका इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२०९९. गौखुर ठूलो, गोक्षुरबृहत्, बडागोखरु, गौक्षुर कण्टकफल, Big Gokhur, Big Caltraps, Puncture Vine, *Pedalium muricatum* (Family : Pedaliaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा उम्रन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, यसको पात चेप्टो ठूलो फूल सेतोमा भित्र पहेँलो फूल, चारकुने १/१ फलमा काँडा रहन्छन् । स्वाद टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण । **प्रयोग हुने अङ्ग** : फल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा र फल मीठो, पुष्टिकर, शीतल, पत्थरीनाशक, कामोद्दीपक, मूत्राशय शुद्धिकर, मूत्रल, पित्तनाशक, वस्तिशोधक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुजाक, पिसाबको जलन, नपुंसकता, मिर्गौला पत्थरी, पित्तपत्थरी, शुक्रमेह, सुजाक, वीर्यविकार, मधुमेह, युरिकएसिड, प्रसूतिरोग, पिसाब बन्द हुने, पौरुषग्रन्थि बढेको, मूत्ररोग, रजःवीर्यविकार, मासिकअधर्म, ज्वर, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ चम्चा चूर्ण, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल १-३ वटा, पात २-५ वटा, जरा १-२ टुक्रा ।

**२१००. गौखुर बूढो, बिन्दीपुष्प, Tackweed, *Tribulus terrestris* (Family : Zygophyllaceae)**



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सुनौलो फुल्ने, पाँचपत्रक, रोमश, सदा हराभरा रहने, दुवैतिर गएका संयुक्त पात, ३-७ फिट अग्लो, फल तीनचोसे काँडादार हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मिर्गौला-मुटु हितकारी, रजःवीर्यसुधारक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, मूत्ररोग, मूत्रकृच्छ्र, मिर्गौलारोग, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, सुजाक, अर्श, शिरोरोग, गानो, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२१०१. गौखुर सेतो, सफेदगोक्षुर, श्वेतकण्टकफल, White Gokhur Big Caltraps Plant, White Puncture Vine, *Pedalium* sp. (Family : Padaliaceae)**

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा उम्रन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, यसको पात चेप्टो ठूलो, सेतो फूल, चारकुने १/१ फलमा काँडा रहन्छन् । स्वाद टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र जरा । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको जरा र फल मीठो, पुष्टिकर, शीतल, पत्थरीनाशक, कामोद्दीपक, मूत्राशय शुद्धिकर, मूत्रल, पित्तनाशक, वस्तिशोधक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुजाक, पिसाबको जलन, नपुंसकता, मिर्गौला पत्थरी, पित्तपत्थरी, शुक्रमेह, सुजाक, वीर्यविकार, मधुमेह, युरिकएसिड, प्रसूतिरोग, पिसाब बन्द हुने, पौरुषग्रन्थि बढेको, मूत्ररोग, रजःवीर्यविकार, मासिकअधर्म, ज्वर, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १/१ चम्चा चूर्ण, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल १-३ वटा, पात २-५ वटा, जरा १-२ टुक्रा ।

**२१०२. घट्टेसरी, गोलफाँकी, भुत्तेगोरखमुण्डी, Hairy Gorakhi Plant**

**चिनारी** : यो एकवर्षीय बुटी उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो कपासी ३०-६० से.मि. अग्लो, हाँगाबिँगाहरू फैलिन्छन्, पात भुवादार लाम्चो, बैजनी फूल गोलाकार मुण्डकमा बीचमा रातो

हुन्छ। जरा कोट्याउँदा गन्ध आउँदैन, भित्र रङ मटयाइलो पहेँलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण स्वाद चुनचुनाहट र झनझनाहट-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, दन्तरक्षक, दर्दनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, पत्थरीहर, श्वासरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले फोक्सोलाई शक्ति दिन्छ, त्यालले रुचि बढाएर शरीरदर्द हटाउँछ। दम-चिसो रुघा, टन्सिल, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कफग्रस्त खोकी र पिनास सन्चो पार्छ। **मात्रा** : १-२ ग्राम, धूलो/लेदो, अत्तर ३-५ थोपा, अर्क १०-१५ ग्राम ३-५ पटक।

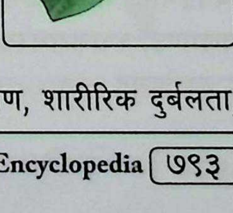
### २१०३. घरतरुलकालो, कृष्णघरतरुल, **Black Home Yam Plant, *Dioscorea* sp.** (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ मिटर गहिरो जाने ४-५ वटासम्म कालो गानो, काण्डका दायाँ-बायाँबाट निस्कने पान आकारका पातहरू, पोथी फूल १० से.मि. र भाले ५० से.मि. लाम्चो त्यान्द्रोमा फुल्छ। **प्रयोग हुने भाग** : कन्द र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर मानिन्छ। यो सर्वत्र खेती हुन्छ र अन्नको सट्टामा पेटभरि खान्छन्। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्रा सुक्खाराम, कब्ज, अर्श, गानोगोला, पेटको घाउ, दुब्लोपन, मुख-जिब्रोका बिबिरा, सुकेनाश, कामला, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पेटको जलन, अर्श, ज्वर, पत्थरी इत्यादि हटाएर निरोग पार्छ। **मात्रा** : काँचो १०-२० ग्राम, उसिनेको ३०-१०० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### २१०४. घरतरुल प्याजी, प्याजीघरतरुल, **Onion Color Home Yam Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट गहिरो जाने ४-५ वटासम्म प्याजी गानो, काण्डका दायाँ-बायाँबाट निस्कने पान आकारका पातहरू, पोथी फूल १० से.मि. र भाले ५० से.मि. लाम्चो त्यान्द्रोमा फुल्छ। **उपयोगी भाग** : गानो र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मलमूत्र शुद्धिकर, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, अग्निकारक, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर मानिन्छ। यो सर्वत्र खेती गरिन्छ र अन्नको सट्टामा पेटभरि खाइन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्रा सुक्खाराम, कब्ज, अर्श, गानोगोला, पेटको घाउ, दुब्लोपन, मुख-जिब्रोका बिबिरा, सुकेनाश, कामला, अम्लपित्त, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पेटको जलन, अर्श, ज्वर, पत्थरी इत्यादि हटाएर निरोग पार्छ। **मात्रा** : काँचो १०-२० ग्राम, उसिनेको ३०-१०० ग्राम, चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### २१०५. घरतरुल, घरतौड, **Home Purple Yam Plant, *Dioscorea alata*** (Family : Dioscoreaceae)



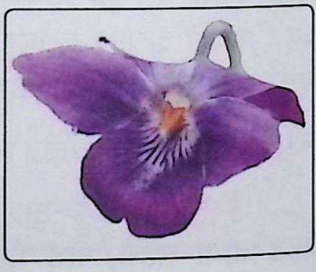
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट लामो लहरो, पात मुटु आकारको लहराको मुना बैजनी, फूल लाम्चो झुत्तोमा सेतो-बैजनी-प्याजी वहुरङ्गी फुल्छ, जरामा ठूलो कन्द, बोटमा गोलाकार फल लाग्छन्। उपयोगमा आउने भाग : फल र गानो। स्वभाव शीतल स्वाद मिठो र चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ॠतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता,

पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ, पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको कन्द कार्बोहाइड्रेड र प्रोटिन आलुमा भन्दा चौब्बर हुन्छ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

**२१०६. घरतरुल हातको पन्जाझैं हुने, पन्जाकार तरुल, Pedate Dioscerea Plant, *Dioscorea* sp.** (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो बहुवर्षीय तरुल पहाड र तराईमा खेती गरिन्छ। यो ४-५ वटासम्म रातो पन्जाकारगाना हुने, पातहरू दायाँ-बायाँ र तल-माथि निस्केका, काण्डको कापबाट पात र फल लाग्छ, त्यान्द्रोमा हरियो-पहेँलो फुल्दछ। ५-२० फिट लामो लहरो, ठूला गोलाकार पात, काण्डमा नरम काँडादार, फल गोलाकार, जरामा गाना हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिप्रदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, अग्निकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगी-अपस्मार, पागलपन, आन्द्राको शिथिलता, शीघ्रपतन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग/दाल/खोले/उसिनेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२१०७. घट्टेघाँस कालो, कृष्णवनघाँस, Black Violet Plant, *Viola* sp.** (Family : Violaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो रोमश, आधा-एक फिट अग्लो, वरिपरि फैलिन्छ र गाँजिन्छ, पातहृदयाकार दन्तुर गोलाकार, नीलो फुल्ने, कालो धर्को भएको कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, हाड टुट्ने-फुट्ने-भाँच्चिएको, गलगण्ड, श्वाससमस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

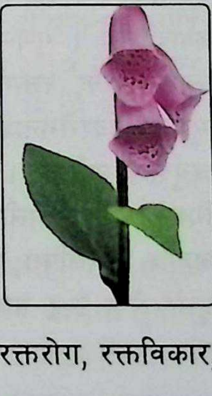
### २१०८. घरदाहिनुलता, घरबेटी लहरो, Home Rightside Vine Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरो, पात मुटु आकारको, फूल लाम्चो झुत्तोमा कलेजी फुल्छ, जरामा थेप्चे गानो, बोटमा गोलाकार फल लाग्छन् । स्वभाव शीतल स्वाद मिठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ, पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको कन्द कार्बोहाइड्रेड र प्रोटिन आलुभन्दा चौब्बर हुन्छ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २१०९. घङ्गारु काठ, घङ्गेरु, घिङघारु, Nepalese FireThorn Plant, *Pyracantha crenulata* (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १२००-२७०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने १०-२० फिट अग्लो, तिखा काँडायुक्त बोट, पात लाम्चो साना आयाताकार फूल सेतो झ्याम्म फुल्ने, फल रातो गोलाकार रसिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, काष्ठसार र बोक्रा । फलको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल अन्यभागको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मेदहर अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मोटापन, रक्तचाप, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, उदरजलन, रक्तस्राव, हैजा, पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो २-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, भस्म ३ ग्राम ३-५ पटक ।

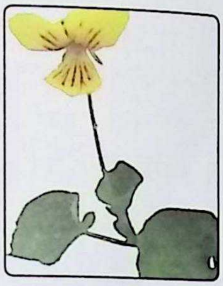
### २११०. घण्टाविँणा, डिजिटालिस, Fox Glove, Lady's Glove Plant, *Digitalis purpurea* (Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात अण्डाकार दन्तुर, फूल बालामा बैजनी रङ्गमा फुल्ने, त्रिकोणाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । जरा पञ्चगव्यमा ३-५ पटक बफाउने-सुकाउने गरी शोधन-मारण गरिएको हुनुपर्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण उत्तेजक र स्वाद तितो टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार,

रक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या, असाध्य रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, एचआईभी/एड्स, पागल जनावरको टोकाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले रक्तवाहिनीनली र रक्तसञ्चार प्रक्रियामा व्यवस्थित गर्छ । यसको सेवन गर्नासाथ हृदयस्थानको केन्द्रमा रहने मज्जातन्तु सङ्कुचन भई शक्ति मिल्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा, बीज १-३ वटा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि. १-३ पटक ।

**२१११. घट्टेफूल, वनफसा हिमाली, हिमालयवनप्सा, Metog Serchen (Am), AlpineYellow Violet Plant, *Viola biflora*** (Family : Violaceae)

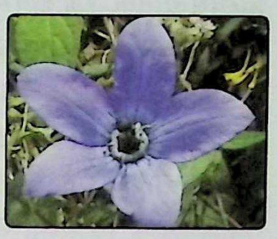


**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको २000-४५00 मिटरमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, वरिपरि फैलिन्छ र गाँजिन्छ, पात गोलाकार कचौरासमान, पहेँलो फुल्ने, कालो धर्को भएको कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा पहेँलो वा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, हाड टुट्ने-फुट्ने-भाँच्चिएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२११२. घङ्गारु ठूलो गेडी, घङ्गेरु, घिङघारु, Nepalese FireThorn Big Fruit, *Pyracantha crenulata*** (Family : Rosaceae)

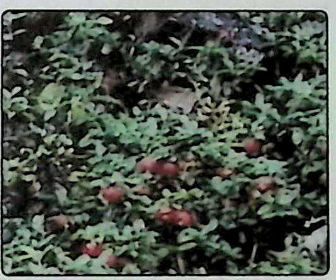
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १२००-२७०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने १०-२० फिट अग्लो, तिखा काँडायुक्त बोट, पात लाम्चो, फूल सेतो झ्याम्म फुल्ने, फल रातो गोलाकार ठूलो रसिलो हुन्छ । यसको बलियो लठठी एकसयवर्ष टिक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** काष्ठसार र बोक्रा । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सङगाहक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, मेदहर अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, मोटापन, रक्तचाप, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, उदरजलन, रक्तस्राव, हैजा, पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** धूलो/लेदो २-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.,वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, भस्म ३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २११३. घण्टा फूल, नाइ बा, Nyi Bam (Am), Bonnet Bell Flower, *Codonopsis convolvulacea* (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट लामो लहरो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका दन्तुर चेप्टो, काण्ड हल्का रातो र काँडादार, फूल बास्नादार निलो फुल्ने पाँच पत्रक र बीचमा कालो केशर, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, रसायन, हृदयरोगमा हितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, हाड भाँच्चिएको, खिइएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र पातरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २११४. घङ्घारू लता भुइँको, लहरे घागेरू, Vuin Ghangaru, Creeper Ghangeru Red Berry Plant



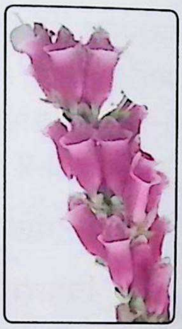
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-१०० फिट लामो लहरा भुइँमा फैलिन्छ र गाँजिन्छ, पात चेप्टो मसिनो माटोमा डाँठ फैलिएर भित्रभित्र घुस्छ, काँडायुक्त लता, पात चेप्टो, असार-साउनमा फल पाक्छ, रातो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, पेटशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त-समस्त हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने, कब्ज, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, रक्तस्राव, हैजा पित्तज्वर, गर्मीरोग, गाँठा-गिर्खा, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले भूक्षय रोक्छ र पहिरोमा लगाउँदा धेरै फैलिन्छ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, फल १०-५० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि.,वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, भस्म ३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २११५. घडीफूल, Watch Flower

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट लाम्चो अग्लो, पात संयुक्त दुवैतिर गएका दन्तुर चेप्टो, काण्ड रातो र काँडादार, फूल बास्नादार रातो फुल्ने पाँच पत्रक र बीचमा सुनौलो केशर, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो टर्रो

बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, रसायन, हृदयरोगमा हितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, हाड भाँच्चिएको, खिइएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र पातरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२११६. घण्टीफूल बहुरङ्गी, डिजिटालिस फूल, Foxglove Multi Color Flower, *Digitalis* sp.** (Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, अनेकरङको फुल्ने उत्ताने घण्टीआकारको फूल, फलमा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो धैरै दिनसम्म फूल रहिरहने र शोभा बढाउने हुँदा यो खोजी खोजी लगाइन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सङ्ग्राहक, हैजा/रक्तस्रांव नियन्त्रक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, उदररोगनाशक, अतिश्रमहर, वेदनानाशक, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मूत्रकृच्छ्र, छालाको दाग, मोटोपन, भिरङ्गी-फिरिङ्गी, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, श्वासनली-फोक्सो शोथ, जलोदर, क्षय, सुजाक-यौनरोग, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, शारीरिक दर्द, कफग्रस्त खोकी, पेट डम्म-ढुस्स, हृदयरोग, मोटोपन, मासिकअधर्म, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

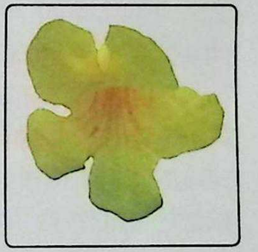
**२११७. घरतरुल ठूलो, तोकाने किम गोइ, गहना, Greater Yam Plant, *Dioscorea alata*** (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो एकवर्षीय तरुल सर्वत्र खेती गरी लाभ लिनुपर्छ । यसको गानो लाम्चो हुन्छ । माटोमा बढ्दै जाँदा मोटो सेतो र माथिल्लोभाग सानो, काण्ड दुईपाटो, पात मुटु आकारका चिल्ला काण्डको दायाँ-बायाँबाट निस्कन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको गानो पुष्टिकर, बल्य, उदर शुद्धिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, अग्निकारक, तृप्तिकारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, अर्श, निम्नरक्तचाप, धातुरोग, पिसाब नखुल्ने, पेट पोल्ने र दुख्ने, आन्द्रा सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, मन्दाग्नि, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, दुब्लो-पातलो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो ५-१० ग्राम, उसिनेको ५० ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, वटी ३-५ वटा, फल १-२ वटा, पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

**२११८. घङ्गारु कालो, कालाघङ्गेरु, घिङघारु, Black Nepalese FireThorn, *Pyracantha crenulata***
(Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १२००-२७०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने १०-३० फिट अग्लो, बोक्रा र काष्ठसार कालो, तिखा काँडायुक्त बोट, पात लाम्चो साना, फूल सेतो-प्याजी मिसिएको झ्याम्म फुल्ने, फल रातो गोलाकार रसिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, वृक्कपुष्टिकर, पाचक, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, पेटशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, मानसिकरोग, रक्तचाप, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, मृगी, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने, कब्ज, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, फल २०-५० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, फलस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, भस्म ३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२११९. घण्टी सुनौलो, सोनापाती, नागसम, गोटल, सतारा सोती, Golden Bell Plant, Elder, *Tecoma stans***
(Family : Bignoniaceae)



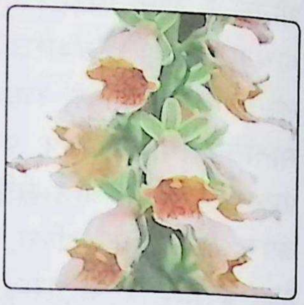
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, ठूलो झ्याङ, झुप्पामा पहेँलपुर फुल्ने, भालाकार पात मुलायम लाम्चो झुप्पामा, कोसामा लामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, उदररोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, प्राणीजविष, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, उदरगानो-शूल, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, गृध्रसी, कटिवात, रक्तदोष, पित्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/चोप/भस्म १-५ ग्राम, लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र पुष्पस्वरससुई ३-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२१२०. घटियाबाँस, घटबाँस, Minus Bamboo Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसका गाँठाहरू अति कडा हुन्छन् । निलो काण्डको भित्रसेतो कडाभाग हुन्छ । यसको चोया निकाल्न कठीन पर्छ । यो ७-१५ फिट अग्लो, पात भालाकार लाम्चो चुच्चो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अर्बुदहर, कण्ठशोधक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, दम, चिसो गानो, पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पित्तपत्थरी,

मिर्गौलापत्थरी, वीर्यपत्थरी, अधिकपित्त, हैजा, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, व्रशलोचन ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २१२१. घण्टीफूल पहँलो, पीतघण्टी, मृगप्रिय, Rusty Foxglove Gigantea, *Digitalis ferruginea* (Family : Plantaginaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ठन्डा ठाउँमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार समूहगत गुजुमुच्च परेका, फूल सुरिलो बालामा खैरो-पहँलो घण्टीझैं फुल्ने, फलमा भित्र खैरा-राता-काला तेलीय बीज जरा, खैरा हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो र कोक्याउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वामक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, हृदयोत्तेजक, वातपुष्टिकर, कृमिमारक, वेदनानाशक, शोथघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ । यो यसलाई शुद्ध गरी खानु पर्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयशिथिल, हृदय धड्कन तेज हुँदा, कफग्रस्त समस्या-फोक्सोशोथ, दम, खोकी, पित्तरोग, कुष्ठ, दाद, दुबी, उदरकृमि, अङ्गशोथ, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, आमवात, धनुर्वात, नसारोग, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/धूलो १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २१२२. घण्टेचाल, फोग, फाग, फोगल, तिर्नी, Phog Plant, *Calligonum polygonoides* (Family : Polygonaceae)

**चिनारी** : यो अति उष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, धेरै गाँजिन्छ र बढ्छ, सेतो फुल्छ, पात सानो वा कुनै पत्ररहित डाँठ, वर्षा ऋतुमा फुल्छ, नयाँ डुकु पलाउँछ र भ्याङ बन्छ, तेलीयगेडा लाग्छ। यसको साग खाने प्रचलन छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : डुकु र फूल। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तदोषहर, उदररोगमा लाभदायक, दन्तरोगनाशक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अतिसार, सङ्ग्रहणी, उदरविकार, बङ्गारा दुख्ने, दन्तहर्ष, लू हावाको असरमा, दाह-जलन-छटपटी, गानो, उदरशूल, रक्तविकार, अर्श, हैजा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग २०-१०० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१२३. घट्टेघाँस नीलो, वनप्सा, थुंगट्टु, वनप्सिका, Sweet-Violet Blue Flower, Nepali Violet Plant, *Viola serpens* (Family : Violaceae)

**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरको ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ। यो प्रायः छायाँ भएको ठाउँमा मिल्छ। यो १०-१५ से.मि. अग्लो, बैजनी वा नीलो फुल्छ, तेलीयबीजहरू, पात फेदको ठूलो थेप्चो-चेप्टो माथिका साना, जरा खैरो चारैतिर फैलिएका साना हुन्छन् । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो र टर्रो लाग्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, ऋतुधर्मनियामक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, कफघ्न, दाहनाशक, दर्दनाशक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, ज्वर, कफग्रस्त चिसो-रुघा, प्रमेह, प्रदर, मधुमेह, सुक्खा दम-खोकी, रुघा-चिसो,

श्वासरोग, मासिकअधर्म, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, अर्वुद, अङ्गशोथ, कटिवात, जोर्नीवाथ, रक्तविकार, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २१२४. घाडी घोडिल्लो लता, Ghodillo Creeper Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो लहरोको पात लाम्चो-चेप्टो, फूल सेतो गोला, फल ओदाने, तेलीयबीजहरू, जरामा प्रशस्त दूध निक्लन्छ । यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, बलकारक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, यौनरोगहर, मासिकधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, दम-खोकी, अर्वुद, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, चर्मरोग, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१२५. घामफूल लाम्चो दाँती, वन्यकाशनी, दूधल, Dental Sun Milky Plant, *Taraxacum officinale* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार कोपिला दण्डमा सेतो भुवाहरू रहेको थुङगा सुनौलो घामझैँ फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू, भुवा हुन्छन्। बीजमा नरम तेल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वाद मिठो केही मिठो लाग्छ। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अग्निकारक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, मेदहर, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, बलकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला, अतिसार, यकृतविकार, जीर्णज्वर, पित्तवृद्धि, राजयक्ष्मा, रक्तरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, प्रमेह, मधुमेह, रक्तदोष, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कलेजोरोग-समस्त हेपाटाइटिसहरू, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, वटी ३-२ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग बफाएको/उसिनेको/पकाएको ३०-१०० ग्राम, दूध ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### २१२६. घाट, खात, खप्ता, Khat Chat Plant, Mirraa, *Catha edulis* (Family : Celastraceae)

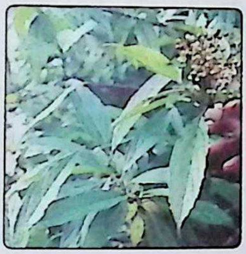
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, यो १०-३० फिट अग्लो, डाँठ रातो, बास्नादार, पात चेप्टो, सेतो वर्णको फुल्ने केशर पहेँलो थुङ्गामा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, छिप्पएपछि बोट चोपिलो हुन्छ। यो लागूऔषधिमा गनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, उत्तेजक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, वीर्य-रक्तस्तम्भक, वाजीकर, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उन्माद, अपस्मार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष,

अनिद्रा, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसले हाड भाँच्चिए-कुच्चिएमा पिसेर लगाउँदा र दूधमा घाटेर पिउँदा लाभ गर्छ। **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० रत्ती, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ रत्ती, वटी १ वटा, साग १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २१२७. घाउरथ, Ghaurath Plant, Himalayan Wounds Healer Herb

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो चिस्यान निगालाघारीमा मिल्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात गोलाकार, फूल सुनौलो, जरा सेतो दूधे हुन्छ, वैशाखमा पलाउँछ र कार्तिकमा हराउँछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २१२८. घाराघुरी, मनेरी, Goktam (Rai), Gharaghuri Plant, *Viburnum erubescens* (Family : Adoxaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १३००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो साँगुरो चुच्चो, फूल सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय वीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानो-गोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २१२९. घामफूल लाम्चो पात भएको, टुकीफूल पहेँलो, Long Leaved Tuki Flower

**चिनारी** : यो सबै जलवायुमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, फूल सुनौलो, जरा पहेँलो दूधे, थुँगो परिपक्वपछि भुवा र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ,

आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, पात १-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१३०. घ्याचा पहेँलो, Yellow Ghyaacha Plant

**चिनारी** : यो १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, पात मुलासमान-नरम दन्तुर ५-७ चोसा निस्केका, हरिया-पहेँला फूल, बालामा तेलीयबीज हुन्छन् । फल कालो भएपछि टिपिन्छ । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फूल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, शीतकारक, अर्शोघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, प्रदर, ज्वर, रक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३०-५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २१३१. घिरौंला सेतो, सफेद घिरौंला, White Giramlo Plant

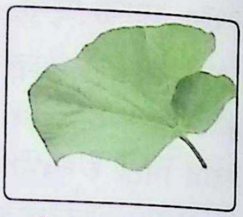
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वैशाख-जेठमा रोपिन्छ, यो १०-३० फिट लामो लहरा, साउन-भदौमा पहेँलो फुल्छ र कार्तिकसम्म फल्छ । यसको सेतोमा फलभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मीठो-स्वादिलो, मलमूत्र शुद्धिकर, शक्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, आन्द्रा पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा गाँठो पर्ने, कब्ज, अर्श, रक्तार्श, समस्त् ज्वर, गतिशील अङ्गहरूको सुख्खापन, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, उदरशूल, सुकेनाश, प्रदर, मूत्ररोग, रगतको कमी, हृदयरोग, धातुरोग, घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, फल १-३ वटा, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

### २१३२. घिरौंला कालो, कालाघिरौंला, Black Giramlo Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो वैशाख-जेठमा रोपिन्छ, १०-३० फिट लामो लहरा, साउन-भदौमा पहेँलो फुल्छ र मंसिरसम्म फल्छ । यसको कालोमा बाहिरी भागमा धार र फलभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मीठो-स्वादिलो, मलमूत्र शुद्धीकर, शक्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, आन्द्रा पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा गाँठो पर्ने, कब्ज, अर्श, रक्तार्श, समस्त ज्वर, गतिशील अङ्गहरूको

सुक्खापन, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, उदरशूल, सुकेनाश, प्रदर, मूत्ररोग, रगतको कमी, हृदयरोग, धातुरोग, घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, फल १-३ वटा, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक।

### २१३३. घिरम्लो झिङ्गे, झिमनी, झिंगातोरई, Luffa Vegetable, Towel Gourd, *Luffa acutangula* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-५० फिट लामो लहरो, पात गोलो वा पञ्चकोण आकार, फूल पहेँलो फुल्छ, फल ५-७ वटा झुत्तोमा लाग्छ, एकबित्ता लाम्चो फलभित्र जालीमा सेतो गुदी र तेलीयबीज हुन्छन्। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, हृदय र मिर्गौलारोग, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग र छाला कडा भएको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ-पखाला, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। छिप्पिएको फलको जाबे-जालो स्नान गर्दा निकै कामकारी हुन्छ। **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २१३४. घिरकउले ठूलो, भिरकउँले, Big Job's Tear Plant, Adlay Millet, *Coix Lacryma-jobi* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, पहेँलो-हरियो फूल, फल गोलाकार फलभित्र तेलीय वा पिठोयुक्त बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, हाडकोरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा, हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, ढिँडो १-२ चोइली ३-५ पटक।

### २१३५. घिवन्ती दुर्गन्धित, मत्कुणारी, Bugbane Plant, *Cimicifuga foetida*

**चिनारी** : यो २५००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो पहेँलो, १-३ अङ्गुल लाम्चो फल भित्र ६-८ तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का गन्हाउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक,

रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्तविकार, हैजा, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., पुष्परस १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २१३६. घिरास्लो ठूलो मादले चिल्ले, चिक्कटझिमनी, Big Sponge Gourd Plant, *Luffa* sp. (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षादमा उम्रन्छ, फुल्छ र फल्छ। यो लहरो, पात गोलाकार मुलायम, पहेँलो फुल्ने, नर र मादा फूल, फल मादलजत्रो बेलनाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो केही तितो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तसारक, व्रणसुधारक, स्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, विरेचक, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, अम्लपित्त, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, रक्तदोष, पेट पोल्ने, आन्द्राका सुक्खापन, रक्तस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म, भोक-प्यास लागिरहने, मुखपाक, छालाको रोग, कामला-हेपाटाइटिसहरू, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा बीजतेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### २१३७. घिरास्लो चिप्लो, घियाझिमनी, Smooth Ghee Luffa Plant, *Luffa cylindrica* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५०-१०० फिट लामो लहरो, धेरै फैलिन्छ, यो वर्षायु, वर्षादमा फुल्छ र फल्छ, सानो-छोटो फलभित्र जालीमा तेलीयबीजहरू, पात मुलायम ३-५ वा ५-७ कुने, सुनौलो फुल्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, बृक्क-हृदयहितकारी, बलकारक, उदररोगमा लाभदायक, अग्निकारक, पित्तनाशक, मृदुरेचक, कुष्ठघ्न, रुचिकर, स्वादिष्ठ, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, मन्दाग्नि, घाउ-खटिरा, गिर्खा, पेट पोल्ने, अर्श, कब्ज, मूत्रकृच्छ्र, ग्यास्ट्रिक, कामला, मुख-जिब्रोका बिबिरा, पेट पोल्ने-दुख्ने, क्षयरोग, कुष्ठ, श्वासरोग, रक्तविकार, प्लीहावृद्धि, सुक्खाराम मिर्गौला-मुटु, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, कुपोषण, इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** साग-तरकारी, उसिनेको/बफाएको/पकाएको ३०-१०० ग्राम, काँढापानी/रस/झोल १ माना, अर्क ५० र बीजतेल १० तथा फलस्वरससुई १० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २१३८. घिउकुमारी तारा, ताराघृतकुमारी, घृतकुमारी, Star Aloevera Plant, *Aloe* sp. (Family : Liliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पुष्पदण्डमा रातो फुल्ने, पात ताराकार किनारमा दाँती भएको हुन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, अग्निदग्ध र जलनसामक, चर्मरोगहर, मेदहर, स्त्रीधर्मपालक, मूत्रल मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग :** यसले छालाको कडापन, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, रक्तस्राव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपना, अर्श, पेट पोल्ने, प्रदर, मासिकअधर्म, कडा छाला, मूत्ररोग, आगोले पोलेको वा जलेको, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा आसव ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., भित्रको चिफ्लो लेदो १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २१३९. घिउफल उत्तम, घृतफल सर्वोत्तम, Hass Avocado Plant, *Persea americana* (Family : Lauraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो गाढा कालो, फूल हरियो-पहेँलो, लाम्चो फलभित्र घिउझैँ सेतो गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्, पाकेपछि फलको बोक्रा कालो देखिन्छ । यसको स्वाद अति मीठो-घिउभन्दा मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फलभित्रको गुदी । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक, व्रणरोपक, अर्वुदहर, मासिकधर्मनियामक, उदररोगमा लाभदायक, रक्तस्राव नियन्त्रक, बलकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, अर्बुद, पेट पोल्ने, रक्तस्राव, कुपोषण, रक्तरोग, शारीरिक कमजोरी, मूत्ररोग, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** १-२ वटा पाकेको फल, तेल १० र अर्क ५० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., लेदो/रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २१४०. घिरौँला पाटे, तोरीया, पाटेतोरिया, धारा कोशातकी, Ridged Gourd Plant, Loofah, Okra, Dhari Cucurbita, *Luffa* sp. (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशाललता चारैतिर फैलिन्छ र फल धेरै लाम्चो, पातहरू १०-१२ से.मि.लामा-गोलाकार मांसल, पहेँलो गोला ठूलो फूल, बेलनाकार पाटा/पाटा परेको धारी भएको फलभित्र जाली गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो साग-तरकारीका रूपमा खाने प्रचलन छ । यो मिठो जातको स्वादुफल हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पत्र, फूल, फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पथ्य रुचिकर, वृष्य, बलकारक, अग्निकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरघ्न, कफकारक, कफघ्न, मूत्रल, रेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, मन्दाग्नि, पत्थरी, दम, खोकी, अरुचि, अपच, कमलपित्त, अम्लपित्त, पेट पोल्ने, पिसाव नखुल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दुब्लो-पातलो, शारीरिक कमजोरी, सुक्खा दम-खोकी, ज्वर-अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, क्वाथ १००, अर्क ५० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, क्षार चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक ।

### २१४१. घिरौँला ठूलो, महाकोसातकी, हस्तिकोशातकी, नेनुवा, पलंचा, Sponge Gourds Plant, Climbing Big Gheeramlo Creeper, *Luffa cylindrica* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा हिउँद/वर्षामा खेती गरिन्छ । यो विशाल लहरो, पात गोलाकार ठूलो, भेटनुमा हुने गोलाकार सुनौलो ठूलो फूल, लाम्चो-बेलनाकार फलभित्र जालो र गुदी प्रशस्त काला च्याप्टा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव

शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रेचक, पित्तनाशक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, स्नेहनजनक, हृदयहितकारी, अग्निकारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, विषघ्न, स्मरणशक्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, मन्दाग्नि, दुब्लो-पातलो, रजःवीर्यदोष, हैजा, रक्तस्राव, विषप्रभाव, मुटुरोग, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने-दुख्ने, पाचनशक्ति कमजोर, सुक्खा दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण १५-५ ग्राम, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, फूल/पात १-२ वटा, बीज १-५ वटा, भुटेको बीज १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, क्षार चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक।

**२१४२. घिरौँला ठूलो पाटे सेतो, पाटेतोरिया, श्वेतधारा घरकोशातकी, Ridged Gourd White Plant, Okra, Dhari Ghiramlo Plant, *Luffa* sp.** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लहरो धेरै फैलिन्छ विशाल लता हुन्छ। पातहरू १०-१२ से.मि. लामा-गोलाकार मांसल, सेतो गोला ठूलो फूल, लाम्चो पाटा/पाटा परेको धारी भएको फलभित्र जाली गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यो साग-तरकारीका रूपमा खाने प्रचलन छ। यो मिठो जातको स्वादुफल हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र, फूल, फल र बीज। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पथ्य रुचिकर, वृष्य, बल्य, अग्निकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरघ्न, कफकारक, कफघ्न, मूत्रल, रेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मन्दाग्नि, पत्थरी, दम, खोकी, अरुचि, अपच, कमलपित्त, अम्लपित्त, पेट पोल्ने, पिसाब नखुल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, दुब्लो-पातलो, शारीरिक कमजोरी, सुक्खा दम-खोकी, ज्वर-अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, क्वाथ·१०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, क्षार चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक।

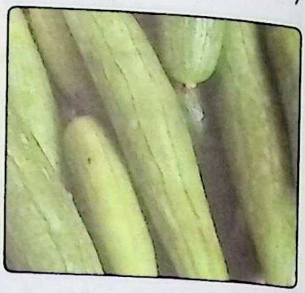
**२१४३. घिरौँला जाली नहुने, जालोविनाको घिरौँला, Giramlo Without Jail Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो वैशाख-जेठमा रोपिन्छ, यो १०-३० फिट लाम्चो लहरा, साउन-असोजमा पहेँलो फुल्छ र कार्तिकसम्म फल्छ। यसको सेतोमा फलभित्र गुदी र तेलीयबीज जालीविनाको हुन्छ। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, मलमूत्र शुद्धिकर, शक्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, आन्द्रा पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा गाँठो पर्ने, कब्ज, अर्श, रक्तार्श, समस्त ज्वर, गतिशील अङ्गहरूको सुक्खापन, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, उदरशूल, सुकेनाश, प्रदर, मूत्ररोग, रगतको कमी, हृदयरोग, धातुरोग, घाउ-खटिरा, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, पित्तज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, फल १-३ वटा, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२१४४. घिरौँला सेतो ठूलो, महाकोशातकी, हस्तिकोसातकी, Sponge, Gourds White Ghiraamlo Climbing Plant, *Luffa cylindrica*** (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सर्वत्र-सदा हिउँद/वर्षामा खेती गरिन्छ। यो विशाल लहरो, पात गोलाकार ठूलो, भेटनुमा हुने गोलाकार सेतो ठूलो फूल, लाम्चो-बेलनाकार फलभित्र

जालो र गुदी प्रशस्त काला च्याप्टा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मूत्रल, रेचक, पित्तनाशक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, स्नेहनजनक, हृदयहितकारी, अग्निकारक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, विषघ्न, स्मरणशक्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, मन्दाग्नि, दुब्लो-पातलो, रजःवीर्यदोष, हैजा, रक्तस्राव, विषप्रभाव, मुटुरोग, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने-दुख्ने, पाचनशक्ति कमजोर, सुक्खा दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको/भुटेको ३०-१०० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण १५-२० ग्राम, बीज चूर्ण ३-५ ग्राम, फूल/पात १-२ वटा, बीज १-५ वटा, भुटेको बीज १०-२० ग्राम, बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, क्षार चौथाइ-आधा ग्राम ३-५ पटक ।

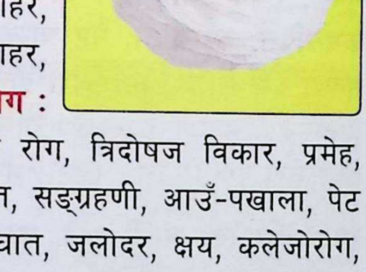


### २१४५. घिउ कचौरेफूल, रेननक्लस फूल, **Butter Cup Flower,** ***Ranunculus asiaticus*** (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीको १५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो एउटा गमलाबाट ६-८ वटा सेतो थुँगा तयार हुन्छ । यो ३०-५० से.मि. अग्लो, पात तीनभागमा बाँडिएको, फूल कञ्चन सेतो रङका गोलाकार फुल्छन्, तेलीय बीजहरू, जरा भुत्तोमा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, सङ्कोचक, रोगप्रतिरोधात्मक, पत्थरीहर, बलकारक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, जलशोषक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले नेत्ररोग, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, प्रमेह, प्रदर, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श, मन्दाग्नि, मृगी, मस्तिष्करोग, मज्जातन्तुको कमजोरी, हाडरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-५ ग्राम, फूल वा पात १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१४६. घिउकुमारी दुईधारी, घृतकुमारी, मुसावर, उचो घृतकुमारी, **Burn Aloe Big Plant,** ***Aloe nyeriensis*** (Family : Liliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पुष्पदण्डमा रातो फुल्ने, पात लाम्चो किनारमा हल्का दाँती भएको हुन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ । **उपयोगी भाग :** सर्वाङ्ग । यसको स्वाद तितो र चिफ्लो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव नियन्त्रक, अग्निदग्ध जलनशामक, चर्मरोगहर, मेदहर, स्त्रीधर्मपालक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, ज्वर, रक्तस्राव, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपना, अर्श, पेट



पोल्ने, प्रदर, मासिकअधर्म, कडा छाला, मूत्ररोग, आगोले पोलेको वा जलेको, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा आसव ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि., भित्रको चिप्लो लेदो १०-२० ग्राम ३-५ पटक।

### २१४७.घिउकुमारीधान, घृतकुमारीधान, Ghiukumaridhan, Scented Ghee Rice

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो पाखोबारीमा हुने घैयासमान धान हो। यो जेठ-असारमा धान छरेर भदौ-असोजमा पाक्छ। यो आडिलो, पाचक र धेरै मिठो चामलमा गणना गरिन्छ। यो ४-६ फिट अग्लो, पात भालाकार, फूल सेतो, अण्डाकार धान कालो, फल धानभित्र सेतो चामल मसिनु हुन्छ। यो चामलभात घिउझैं मगमग बास्ना आउने र मनमोहक पार्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो अति बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रज:वीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, जीर्ण कलेजोरोग-ज्वर, कमलपित्त, कब्जियत, गर्मीरोग, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, मिर्गौला सुकेको, पिसाब नखुल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको नाथ्रो टुँडोले आन्द्राको विजातीयद्रव्य निकाल्छ। **मात्रा** : दूध वा दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, मोहीभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., नलरस/काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक।

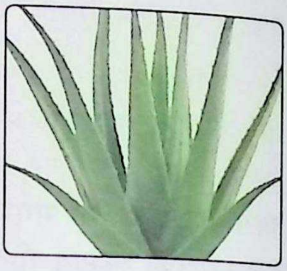
### २१४८.घिउकुमारी बोट, ढेक्वारी, घीतकुमारीवृक्ष, Aloe Tree, *Aloe kedongensis* (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, भालाकार पात चुच्चो परेको, सदा हराभरा रहन्छ, यो रातो फुल्ने, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, मूत्रल, मेदहर, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर, यकृतपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, ज्वर, पत्थरी, मूत्रकृच्छ्र, मोटोपन, आन्द्राको घाउ-खटिरा, उदरशूल, अर्श, गाँठा-गिर्खा, छालाको रोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/चोप १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### २१४९.घृतपत्ता, घ्यूपाते, व्रणरोपकपत्रक, Ghee Leaf Plant

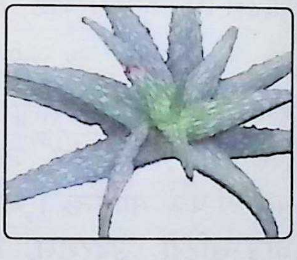
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १८००-२८०० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, गाढा हरियो चिप्लो पात गोलाकार, फूल सेतो, डल्लो फलमा भित्र घिउरङको झिल्लीमा मसिना दाना हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, रक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, सुक्खा अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २१५०. घृतकुमारी सामान्य, सर्वत्र घिउकुमारी, ग्वारपाठा, गृहकन्या, छिगु, कुन्हृ, मिथिकसिडा, General Aloe, *Aloe vera* (Family : Liliaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सयौं प्रकारका हुन्छन् । यो ज्यादै टर्रो, धेरै तीतो, बहुतै खल्लो गाढा हरियो/पहेँलो/रातो/हल्का सेतो रङका विभिन्न हुन्छन् । यो १-३ फिट अग्लो पात जराबाट निक्लेका मांसल, बीचबाट सुइरो, बालामा रातो फुल्ने, पातभित्र पहेँलो र्‍याल हुन्छ । यसको स्वाद तितो र चिप्लो स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मूत्रल, रेचक, पित्तहर, पत्थरीनाशक, मासिकधर्मनियामक, अग्निदग्धहर, यकृतपुष्टिकारक, रक्तदोषहर, हृदय/बृक्कहितकारी, ज्वरघ्न, सुक्खाराम अर्बुद, शारीरिक गर्मी र विजातीयद्रव्यनिस्काशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, पित्तवृद्धि, ग्यास्ट्रिक, पेट पोल्ने, अम्लपित्त, कमलपित्त, पत्थरी, मूत्रकष्ट, सुक्खाराम आन्द्रा, मोटोपन, कलेजो रोग, आगोले पोलेको, मुटु र मिर्गौला शुष्कतामा, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटोपन, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, भत्भती पोलिरहने, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, प्रदर, प्रमेह, कडा छालाको रोग, मुख-जिब्रो सुक्ने, खटिरा-बिबिरा आउने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो ३-१० ग्राम, भित्री र्‍याल ३० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक ।

### २१५१. घृतकुमारी दुईधारीकाँडो सेतो छिर्के, मुसावर, घूसुडानी, Dudhari Aloe Plant, *Aloe sinkatana* (Family : Liliaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, हरियो पातमा सेतो छिर्केमिर्के दुई धारमा काँडा भएको-रातो रेखा रहेको, पात भुइँबाट निस्कन्छ । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, अग्निदग्ध/रक्तश्राव नियन्त्रक, मेदहर, मृदुरेचक, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले सुक्खा अर्बुद, ज्वर, कामला, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, सुक्खा आन्द्रा, पेट पोल्ने, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, उदरशूल, रक्तदोष, कोष्ठबद्धता, मधुमेह, अर्श, अग्निजलन, पत्थरी, आन्त्रपुच्छ्र, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., भित्रको चिफ्लो जेलो १०-१५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१५२. घृतकुमारी घुमरुक्क परेको, ढेक्वारी, मुसावर, घुमेको घिउकुमारी, Mitre Aloe Plant, *Aloe perfoliata* (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, दुई धारमा रातो रङको काँडा भएको, भेडासिङसमान घुमरुक्क परेको, हरियो-सेतो टाटा-पाटा परेको, भुइँबाट निक्लेका पातहरू हुन्छन् । यसको स्वाद नमिठो-तितो-केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, मेदहर, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, यकृतपोषक, मधुमेहहर, रक्तचापमापक, चर्मसुधारक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मोटोपन, अर्श, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, कामला, ज्वर, गाँठा-गिर्खा,

घाउ-खटिरा, मूत्रकृच्छ्र, अम्लपित्त, आन्द्रा सुक्खापन, आगोले पोलेको, अनुहारको दाग, पेट पोल्ने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/जेलो ५-१० ग्राम, बोक्रासहितको रस ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र स्वरससुई २-१० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१५३. घुर्रा कालो, Ghurra Black Plant

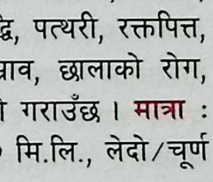
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल लहरो दूधे, पात लाम्चो सानो चुच्चो, सेतो फुल्ने, पातलो कालो/रातो/खैरो तेलीयबीज र भुवा भएको घोगा मदानी नेतीझैँ हुन्छ । यसको स्वाद तितो-मिठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, स्त्रीधर्मपालक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, वातपुष्टिकर, अस्थिपोषक, बलकारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, वेदनानाशक, कफहर, रोगप्रतिरोधात्मक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, अर्श, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, कटिवात, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रक्ताल्पता, कुपोषण, आन्द्राका घाउ-खटिरा, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, मधुमेह, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध ५-१० थोपा, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१५४. घुर्रा सेतो, तीतो विशाल झ्याङ भएको, White Ghurra Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधे विशाल लता सदावहार, पात लाम्चो चुच्चो, सेतो फुल्ने, घोगाभित्र साना पातलो तेलीयदाना र भुवा भएको घोगा मदानी नेतीझैँ हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-हल्का तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो , मधुमेहहर, रक्तचापमापक, अर्बुदहर, चर्मरोगहार, क्षयरोग र श्वासरोगमा उपयोगी, पित्तनाशक, वातहर, व्रणरोपक, रक्तशोधक, मेदहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, आन्द्राको घाउ-खटिरा, रक्तदोष, मोटोपना, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्बुद, अर्श, रक्तस्राव, छालाको रोग, क्षयरोग, श्वासरोग, ज्वर, उदररोग, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, आमवात, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

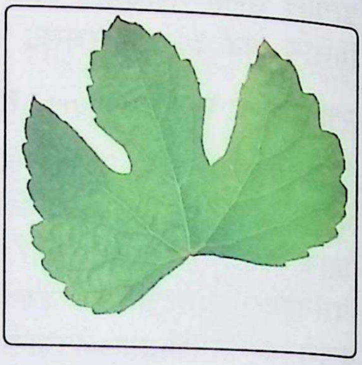
### २१५५. घुमघाम लहरा रातो, रक्तपूर्णमासी, लालकाण्ड बेलो, Ampelopsis Red Creeper, *Ampelopsis japonica*

(Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको डाँठ रक्तवर्णको हुन्छ। यो लता, पात त्रिशूलाकार, कन्द खैरो वा रातो, फल हरियो र अलिअलि पाक्दा रातो र पूरै पाकेपछि पूरै कालो अङ्गुरसमान फल हुन्छ। लहराको टुप्पो काटेर भाँडोमा उल्टोतिर थापी छोडदा स्वरस जम्मा भई गर्मीनाश गर्ने र शीतल दिने औषधिरस निक्लन्छ। यसको स्वाद फल मीठो र अमिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल र गानो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो हृदयहितकारी, पित्तनाशक, बलकारक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, मूत्रल, पित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयाघात, रक्तस्राव, अति रजःस्राव, नकसीर, रक्तविकार, आन्द्राको गाँठो, अङ्गदर्द, समस्त पित्त र गर्मीसम्बन्धी रोग, धातुरोग, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, अर्बुद, रक्ताल्पता, कुपोषण, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, अर्श, मासिकअधर्म, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो निर्दोष, अमृत, जीवन उपयोगी लता हो । **मात्रा** : गानो लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, फूल १०-२० ग्राम, टुसा पिसेको दिनमा १/१ चम्चा ३-५ पटक ।

### २१५६. घुमघाम लता, घुम्तीबेलो, Ampelopsis Papervine Plant, *Ampelopsis japonica* (Family : Vitaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हरित वर्णको डाँठ हुन्छ। यो लता, फराकिलो पात त्रिशूलाकार, कन्दहरू फुस्रो, पुष्प सेतो-हरियो, फल हरियो र अलिअलि पाक्दा रातो र पूरै पाकेपछि पूरै कालो अङ्गुरसमान फल हुन्छन्। लहराको टुप्पो काटेर भाँडोमा उल्टोतिर थापी छोडदा स्वरस जम्मा भई गर्मीनाश गर्ने र शीतल दिने औषधिरस निक्लन्छ। यसको स्वाद फल मीठो र अमिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, गानो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, बलकारक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, मूत्रल, पित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, अति रजःस्राव, नकसीर, रक्तविकार, आन्द्राको गाँठो, अङ्गदर्द, समस्त पित्त र गर्मीसम्बन्धी रोग, धातुरोग, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, हैजा, अर्बुद, रक्ताल्पता, कुपोषण, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, हाड-ढाडको रोग, अर्श, मासिकअधर्म, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो निर्दोष, अमृत, जीवन उपयोगी लता हो। **मात्रा** : गानो लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, फूल १०-२० ग्राम, टुसा पिसेको दिनमा १/१ चम्चा ३-५ पटक।

### २१५७. घुँडोबोझ्रो, ठेहुनुबचु, घुँणीबच, Horse Smell Plant, Knee Root Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, मोटो-बाक्लो पात लाम्चो जरा घुँडाजस्तो मोटो सेता गाना हुन्छन्। घोडाको बास्ना आउने यो सुगन्धदायक हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद कटु परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कफनिस्सारक, पीडान्तक, शोथहर, चर्मरोगहर, श्वरसुधारक, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी-पिनास-रुघा-चिसो सुन्निने, श्वासरोग, छालाको रोग, गाँठा-गिर्खा, चर्म अर्बुद, जोर्नीवाथ, आमवात, श्वासनलीको शिथिलता, नाक बन्द हुने, फोक्सो जलोदर, जिब्रो-मुखका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण १-२ ग्राम, रस/काँढापानी/क्वाथ ३० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, टुक्रा १ वटा, भस्म आधा-एक ग्राम, वटी/क्याप्सुल १-२ वटा २-३ पटक।

### २१५८. घुइणी घाँस, Guinea Grass, *Panicum maximum* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो प्रायः १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, गाँज भएको, सेतो फुल्छ, ३०-४० से.मि.को बालामा तेलीयबीज हुन्छन्। यो बाखाका लागि राम्रो घाँस मानिन्छ। स्वाद मिठो स्वभाव शीतल-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, मूत्रल, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रेचक, उदररोगमा उपयोगी, ज्वरहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, सन्धिशोथ, आमवात, जोर्नीवाथ, ज्वर, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, पत्थरी, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, भुटेको बीज आधा-एक मुठ्ठी, खोले एक थाली ३-५ पटक।

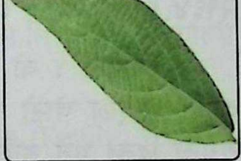
### २१५९. घुइणी घाँस ठूलो, **Guinea Big Grass, *Panicum* sp.** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो प्रायः ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो, गाँज बढ्छ, सेतो फुल्छ, ३०-४० से.मि.को बालामा तेलीयबीज हुन्छन्। यो बाख्राका लागि राम्रो घाँस भनिन्छ। स्वाद मिठो स्वभाव शीतल-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पञ्चाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, मूत्रल, पित्तरोगनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रेचक, उदररोगमा उपयोगी, ज्वरहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मोटोपन, दम, खोकी, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, सन्धिशोथ, आमवात, जोर्नीवाथ, ज्वर, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, पत्थरी, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, उदररोग, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, भुटेको बीज आधा-एक मुठ्ठी, खोले एक थाली ३-५ पटक।

### २१६०. घुँडेबन्सो, घुणिका, **Knee's Milky Grass**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ। यो घुँडोझैँ आँख्ला-आँख्लाबाट नयाँ निक्लन्छ र धेरै फैलिन्छ, यसको दूधे रस निक्लन्छ। यो वर्षादमा सर्वत्र हुन्छ भने मंसिर-जेठ चिस्यान/जल सिञ्चित क्षेत्रमा कहीँ-कहीँ पाइन्छ। यसको बालामा फल भित्रसेतो चामल हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, बीज, डाँठ र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो शक्तिकारक, रजवीर्यवर्द्धक, मलमूत्र शुद्धिकर, तृप्तिकारक, पेटरोगमा उपयोगी, पित्तनाशक, अग्नि-उद्दीपक, मूत्रल, वातहर, कफघ्न, पीडान्तक, निद्राजनक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक मानिन्छ। यसको गेडाले पुष्टिकरता दिन्छ, बल बढाउँछ र भोक हराउँछ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अरुचि, अपच, कुपोषण, ज्वर, मूत्रकष्ट, रजःवीर्यविकार, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रक्ताल्पता, आँत-आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, ग्यास्ट्रिक, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, दुब्लो-पातलो, मासिकअधर्म, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, भुटेको बीज आधा-एक मुठ्ठी, खोले एक थाली ३-५ पटक।

### २१६१. घुँएलो, चिबला, मासगेडी, **Beauty Berry Tree, *Callicarpa arborea*** (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरमा पाइन्छ। यो बुटो, १५-३० फिट अग्लो, पात आयाताकार लाम्चो चुच्चो, फूल बैजनी, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, मृदुरेचक, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीरोग, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, मोटोपन, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला, आउँ, पखाला, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, छालाको कडापन, डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, अर्बुद, चर्मरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २१६२. घुँडेझार, सन्धिबद्धकलता, Joint Pain Relief Vine, Knee Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट लाम्चो, दूधे, पात लाम्चो भालाकार, आँख्लामा तीन जरा भुँइमा घुँडा टेकेका, फूल सेतो, जरा पहेँलो दूधे, बालामा र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, नेत्र कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा १-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१६३. घुइयापाती, घुयाटी, सल्लोबुटी, Pine Plant, *Thalictrum javanicum* (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात गोलाकार दन्तुर, फूल पहेँलो फुल्ने, बालामा मसिना बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पत्थरीहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, गर्भघातक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तक्यान्सर, कफवृद्धि, कलेजोरोग, कामला, हेपाटाइटिस, यौनरोग, अङकुसे-रिङकुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, बीज तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० र स्वरससुई २-५ मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम १-३ पटक ।

### २१६४. घुघ्छी, बाँण, घाघुछी, Paper Cup Flower, *Pleurospermum candollei* (Family : Apiaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको ३०००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका चेप्टो धनियाझैँ छिन्नभिन्न, फूल कटौराझैँ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीज हुन्छन् । ताजामा सुगन्ध दिन्छ भने सुकेपछि बास्ना कत्ति पनि आउँदैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो आक्षेपहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मधुमेह, प्रदर, अपस्मार, मूर्च्छा इत्यादि सन्चो गराउँछ । यस दिव्यौषधिले मूर्च्छामा बेहोस भएकालाई तुरुन्त होस खुलाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण

३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० रतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, जरा १-५ वटा टुक्रा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

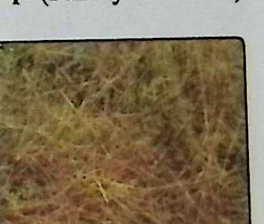
**२१६५. घुइँयाझार, अरूई, घुइँया पहँली, Ghuinya Yellow Plant**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो, पत्रदण्डमा पात ठूलो छतरीकार कालो हरियो, पहँलो जरामा गानो र सेलाहरू हुन्छन् । स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो, चिप्लो, केही खिहिन्याउँछ र पकाएपछि मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, आउँ, पखाला, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो पिसेको लेपले विष/उपविष भएका कीट-जनावरले टोक्नेमा लाभ गर्छ । यो कन्दमा कार्बोहाइड्रेड र प्रोटिन आलुमाभन्दा धेरै हुन्छ । क्याल्सियम आग्झेलेटको कारण गलामा कोक्याउँछ र कन्दमा अमाइलेस चिप्लो रस रहन्छ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

**२१६६. घुँडे बन्सोघाँस, गँगटोबन्सो, मन्थानक, Knee Plant, Crabgrass, *Digitaria ciliaris* (Family : Poaceae)**

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मको उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, छिटो बढ्ने-धेरै गाँजिने भुइँ ढाक्ने, १-३ फिट अग्लो वा लाम्चो, डाँठमा आँख्लाहरू, पात भालाकार लाम्चो, फूल सानो बालामा हरियो-पहँलो, बालामा तेलीय सेता बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, बलकारक अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, पत्थरी, आन्द्राको घाउ, प्रदर, अर्श, प्रमेह, मुख-जिब्रोका खटिरा, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, प्रदर, प्रमेह, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, जरा टुक्रा २-३५ वटा ३-५ पटक ।

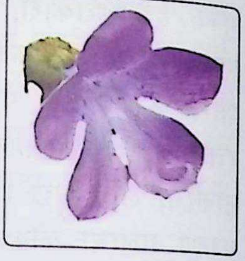
**२१६७. घुँडे बन्सो पहँलो, पीतबन्सो, पीतमन्थानक, Finger Yellow Crabgrass, *Digitaria* sp. (Family : Poaceae)**



**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्मको उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, छिटो बढ्ने-धेरै गाँजिने भुइँ ढाक्ने, १-४ फिट अग्लो वा लाम्चो, पहँलो डाँठमा आँख्लाहरू, पात भालाकार लाम्चो, फूल सानो बालामा हरियो-पहँलो, बालामा तेलीय सेता बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरा पहँला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, बलकारक अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा लाभदायक

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, पत्थरी, आन्द्राको घाउ, प्रदर, अर्श, प्रमेह, मुख-जिब्रोका खटिरा, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, पेट पोल्ने, प्रदर, प्रमेह, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम, जरा टुक्रा २-३५ वटा ३-५ पटक ।

### २१६८. घुम्टेफूल, ङोन्बु, Ngonbu (Am), Trailling Bell Flower, *Cyananthus lobatus* (Family : Campanulaceae)



**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ३३००-४७०० मिटरमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकारको, जरा लाम्चो गानो, चम्किलो पाँचपत्रको नीलो फूल फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, पत्थरीहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, विषमारक, रक्तरोगहर, बलकारक, पुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, विषप्रभाव, गानो, रक्तविकार, अर्बुद, ज्वर, अर्श, रक्तरोग, मधुमेह, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा जडस्वरस सुई २-५ मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१६९. घ्यूसिमी, निष्पाव, घीसेम, Ghee–Butter Bean Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट लामो लहरो, त्रिपत्रक पातेबाटुलो बैजनी, फूल लाम्चो झुत्तोमा सेतो-बैजनी/प्याजी फुल्छ, एक बित्ता लाम्चो कोसामा भित्र चेप्टोबीज लाग्छन् । स्वभाव शीतल स्वाद मिठो चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, बृक्क/हृदयहितकारी, व्रणरोपक, अतिश्रमहर, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रगत बगेको, गर्मीका घाउ-खटिरा, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कामला, पेट पोल्ने, ग्यास्ट्रिक, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, रक्तस्राव, दम-खोकी, रक्ताल्पता अतिश्रमको पीडा, धातुदुर्बलता, दुब्लोपन, हाड-ढाडको रोग, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ गिलास, स्वरस/काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २१७०. घ्यूफल सानो, एभोकाँडो, Ghee Fruit Small, Avokando Small Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ५००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो तुषारो र सुक्खा नसहने यो १४-२८ डिग्री सेन्टिग्रेड भए राम्रो उत्पादन हुन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो-पहेँला, अण्डाकार फलभित्र घिउ गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गुदी । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक, मज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-

मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नक्तचाप, रज:वीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

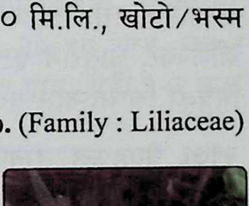
### २१७१. घ्यूमकै, घृतमक्का, घिउमकै, Ghee Corn

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, सेतो फूल, फल घोगामा केशर र गेडा तेलीय वा पिठोयुक्त बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जुँगा, बीज र ढोण वा ढोड। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : कलिलोदूधे मकै पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातनाशक, रक्तवर्द्धक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मसुधारक, व्रणरोपक, मूत्रल, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, हैजा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा हाडको रोग, प्रदर, प्रमेह, मिर्गौलारोग, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : सातु २०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, ढिँडो १-२ चोइली, खुदो ३० र ढोडस्वरस १०० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक।

### २१७२. घ्यूकुमारी रातो, रक्तघृतकुमारी, लालघीकुँवर, लाल पत्क्वार, Red Aloe Plant, *Aloe* sp. (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो र छाया परेको, फूल रातो बालामा छिटो गाँजिएर बढ्छ, यो सदा हराभरा रहन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो-चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, अर्बुदहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रारम्भको अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, सुक्खा अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रक स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २१७३. घ्यूकुमारी कालो, श्यामा घृतकुँवर, कालपत्क्वार, Black Aloe Plant, *Aloe* sp. (Family : Liliaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात काँडा भएको केही कालो लाम्चो, छिटो गाँजिएर बढ्छ, यो सदा हराभरा रहन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो-चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार,

तनाव, अपस्मार, सुक्खा अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रक स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

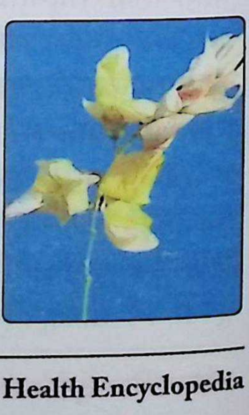
**२१७४. घ्यूकुमारी खल्लो, ग्वारपाठा फिका, स्वादहीन पत्क्वार, No Taste Aloe Plant, *Aloe* sp.** (Family : Liliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पाता लाम्चो भालाकार चुच्चो, फूल सेतो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद खल्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो चर्मरोगनाशक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलारोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, सुक्खा अर्बुद, पित्तविकार, अर्श, कब्ज, मधुमेह, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** पत्रकस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**२१७५. घ्यूकुमारी रातो फुल्ने, लालकुमारी, घिउकुमारी, कुछु, ग्वारपाठा, एलुवा, Red Flower-Aloe Plant, *Aloe barbadensis*** (Family : Liliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, फेदबाट मोटो हरियो पातहरू बढ्ने चुच्चो टुप्पो मांसल, नरम काँडा, पुष्पदण्ड मुख्य डाँठ मन्जरीमा रातो फुल्छ। पातको भित्री भागमा च्यालयुक्त चिफनो रसदार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात र फूल। स्वभाव शीतल र स्वाद तिक्त हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तसारक, मूत्रल, मृदुरेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, मधुमेह र सुक्खा मिर्गौलामा लाभदायक, गर्भपातक, रक्तस्राव नियन्त्रक, ऋतुस्राव नियामक, रक्तदोषहर, अग्निदग्ध र छालाको कडापनमा उपयोगी, यकृत पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कमलपित्त, अग्निदग्ध, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कब्ज, अर्श, सुकेनाश, आन्द्रा, उच्चरक्तचाप, पित्तज्वर, मूत्रकृच्छ्र, उदररोग, कलेजो सुक्ने, जीर्णज्वर, धातुरोग इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, भित्रको चिप्लोच्याल १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स-साना टुक्रा १/१ वटा ३-५ पटक।

**२१७६. घेण्डुफूल, रानघेवडा, Ran Ghevada Plant, *Paracalyx scariosus*** (Family : Fabaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो, फूल पहेँलो-सेतो फुल्ने, तीनपाते, लामो भ्याडगिएर फैलिन्छ। स्वाद मिठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, फल र जरा। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, शिरोरोगमा उपयोगी, कण्ठशुद्धिकर, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, रक्तवर्द्धक, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आउँ-पखाला, मृगी, अपस्मार, अनिद्रा, गला-घाँटीको रोग, अर्बुद, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, गानो, रगतको कमी,

रक्तपित्त, पत्थरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, ज्वर, उदरशूल, अर्श, प्रदर, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २१७७. घैयाधान, पाखेधान, Ghaiya Baridhan, Ghaiya Hill Rice

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ५००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो पाखो जमिनमा खेती गरिन्छ र चैत-वैशाखमा छरिन्छ, भदौ-असोजमा पाक्छ। यसको चामल आडिलो, फारो-तिनोमा गनिन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, पहेँलो-हरियो फूल, बालामा बीज अण्डाकारभित्र तेलीय वा पिठोयुक्त चामल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : टुँडो, चामल र नल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, सङ्ग्राहक, अतिश्रमहर, पेटशुद्धिकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, हैजा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : भिजाएको दही-चामल २०-५० ग्राम, नल र टुँडोलेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, टुँडोवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, भात १-२ चोइली २-३ पटक।

### २१७८. घैयाधान रातो, रातेपाखे धान, Red Ghaiya Baridhan, Ghaiya Red Hill Rice

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ५००-१८०० मिटरमा पाइन्छ। यो पाखो जमिनमा खेती गरिन्छ र चैत-वैशाखमा छरिन्छ, भदौ-असोजमा पाक्छ। यसको चामल आडिलो, फारो-तिनोमा गनिन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, पहेँलो-हरियो फूल, रातो बालामा बीज अण्डाकारभित्र पिठोयुक्त चामल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : टुँडो, चामल र नल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, विषघ्न, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, अतिश्रमहर, उदरशुद्धिकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : भिजाएको दही-चामल २०-५० ग्राम, नल र टुँडोलेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, टुँडोवटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, भात १-२ चोइली २-३ पटक।

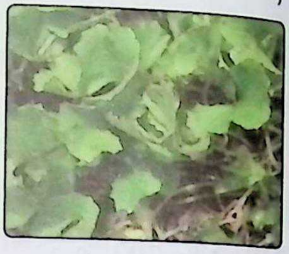
### २१७९. घोलधान, भट्टीधान, Vatti Dhan, Tall Rice

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो धान जेठमा रोपिन्छ र मंसिरमा पाक्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, काण्ड मोटो औंलाजत्रो, सेतो फूल, धान अण्डाकार, चामल मोटो सेतो, भात आडिलो हुन्छ। यसको चामल सेतो रङको भात मिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका

घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाको रोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटको रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २१८०. घोडताप्रे रातोजरा हुने, रक्तब्राह्मी, लालतरपुरैनी, घालताप्रे, लालखोचडे, Red Pennywort, *Centella* sp. (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो चिस्यानमा धेरै मिल्छ । यो भुइँमा लटपटिने झार, मसिनो डाँठ, सदा हराभरा रहने, १-३ फिट लाम्चो लहरा, डाँठ रातो, पात गोलाकार फूल हरियो-पहेंलो, जरा रातो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शिरमण्डलपुष्टिकर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्मृतिह्रास-विस्मृति, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, रक्तरोग, पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, पित्तविकार, मृगी, ज्वर, अर्बुद, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पत्रकस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



### २१८१. घोडेजीरा, कालीकलजीरी, महातीतोजीरो, Purple–Pink Fleabane Plant, *Baccharoides anthelmintica* (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल वा बैजनी-गुलाबी फुल्छ, कालो तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, यकृत/फुफ्फुसपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, अग्निकारक, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन, कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, छालाको रोग, उच्चरक्तचाप, सङ्ग्रहणी, कफ रोग, छालाका समस्तरोग, रगतविकार, मधुमेह, रक्तपित्त, अर्श, पत्थरी, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, आन्द्राका घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पेटका सबै जुका-चुर्ना परेको, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१८२. घोडेमर्चा, घोडागन्धा, Maktokpa (Am), Himalayan Herse Smell Plant, Mountain Ghodemarcha, *Thymus linearis* (Family :Lamiaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको १५००-४३०० मिटरमा पाइन्छ । यसको पात १-२ लाम्चो र ०.५ से.मि. चौडा, डाँठ रोमश, फूल प्याजी रङको कार्तिकमा फुल्छ, तेलीयबीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् ।

**उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ र बास्ना दिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्वुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्वुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धिमा प्रयोग हुन्छ, यसको चिया खाने प्रचलन छ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१८३. घोक्रेशिरीष, घोक्रेचौतारी, केलन, Hill Rose Wood, Tea Shade Tree, *Albizia odoratissima*

(Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५०-८० फिट अग्लो, संयुक्त पात दुवैतिर गएका, फूल सेतो फुल्ने, यो सिरिषझैँ रूख, टाटामा लाम्चो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यो पतझर, ठस्को, पहेँलो बोक्रा भएको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, यकृतपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, मेदहर, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, दर्द, सुक्खा दम-कफ समस्या, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिग्रेको घाउ, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, आउँ, पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिबिरा, गलगण्ड, मूत्रकृच्छ्र, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

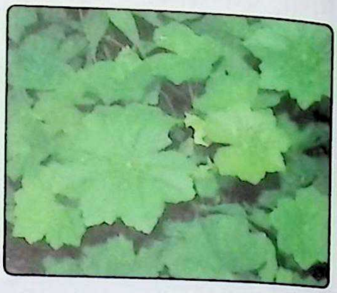
### २१८४. घोडखरी, घोडोकाठ, Nakrumba (Sherpa), Viburnum Plant, *Viburnum cylindricum*

(Family : Adoxaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात लाम्चो/चेप्टो, फूल सेतो नलीआकारको, रातो अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको काठ बलियोमा गनिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, पित्तनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपना, दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानो-गोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग,

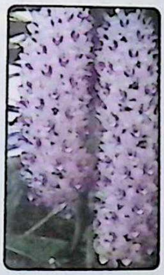
गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**२१८५. घोडताप्रे हात्तीपाइले, हात्तीपाइले ब्राह्मीपाते, Elephant Foot Leaf Plant, *Hydrocotyle javanica*** (Family : Apiaceae)



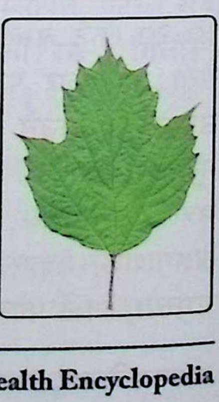
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो चिस्यानमा धेरै मिल्छ। यो भुइँमा लटपटिने झार, मसिनो डाँठ, सदा हराभरा रहने, हात्तीको पैतालाजस्तो पात, यो छिटो गाँजिएर बढ्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रक स्वरससुई ३-१० र अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**२१८६. घोगेगाभो, स्यालफुस्रे गाभो, Fox Tail Orchid, *Rhynchostylis retusa*** (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो परजीवि पुराना रूखहरू र चट्टानमा उम्रन्छ, यो १५-३० से.मि. लामो, धेरै पात १५-५० से.मि. लामा र १-५ से.मि.चौडा, जेठ-साउनमा सेतो-प्याजी, घोगाझैं स्यालपुच्छरसमान फुल्छ, मसिना तेलीयबीजहरू, जरा खैरा वा फुस्रा हुन्छन्। यसको सबैभाग औषधीमा प्रयोग गरिन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रजःवीर्यवर्धक, सप्तधातुरक्षक, रक्तस्तम्भक, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, कफनिस्सरक, वातहर, बलकारक मानिन्छ। स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव शीतल। **औषधीय उपयोग** : यसले मुटुको वात, समस्त दर्द, हाडकोरोग, काटेको-पोलेको घाउ, धातु-रक्तश्राव, हृदयरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, मृगौला सुक्खाराम, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जलन, पेटपोल्ने-औडाहा, रगतको कमी, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ। ताजा अनुहारमा लगाउँदा सौन्दर्यतामा चमक ल्याउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, लेपन २-३ ग्राम ३-५ पटक।

**२१८७. घोडखरी, घोडी, Guelder Rose, Water Elder Snowball Tree, Cranberry Plant, *Viburnum opulus*** (Family : Adoxaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, पात फराकिलो त्रिशूलाकार, फूल सेतो ढकमक्क फुल्ने, भुत्तोमा गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, अर्बुदहर, सङ्ग्राहक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, धातुरक्षक,

आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, अर्बुद, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, जोर्नीवाथ, उदररोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फल १-२ वटा, बीज ३-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र स्वरससुई १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २१८८. घोडताप्रे सेतो हिमाली, हिमालय श्वेतब्राह्मी, सफेद तरपुरैनी, घोरटापे, खोचडे, **Himalayan Pennywort Plant, *Hydrocotyle himalaica*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-६० से.मि. अग्लो, पात गोलाकार, सेतो थुङ्गामा फुल्ने, रङको फूल, जरा सेता, थुङगा छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले शिरमण्डलका रोग, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अपस्मार, मधुमेह, पित्तविकार, पिसाब कष्ट, स्मृतिनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रकस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २१८९. घोत्ले, रक्तवर्द्धकवृक्ष, दुईकोणेपत्ते स्यालफुस्रे, **Ghotle Tree, Blood Increse Plant**

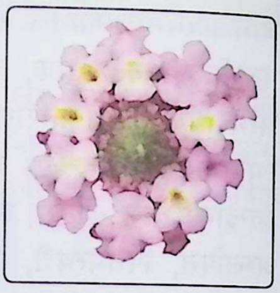
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, पातको किनारामा दाँती परेको, लाम्चो दुईकोणे हुन्छ, दूधेरूख, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, पात १-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २१९०. घोरबैंसो, घोणेपात, **Ghor Bainso, Horse Long Leaved Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, पात पालुवामा हरियो, छिप्पिएपछि उल्टोतिर सेतो, चैत-वैशाखमा सेतो फुल्ने, फल घोगामा फल्छ, मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् ।

यसको फूल-फल मौरीले मन पराउँछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल गुलियो, अन्यभाग मिठो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, रगतको कमी इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २१९१. घोतर्के फूल, Lippia Plant, Bushy Plant, *Lippia alba* (Family : Verbenaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात र फूल बास्नादार, पात दुवैतिर गएका दन्तुर चेप्टो, मूल डाँठ मानिससमान उचो, फूल सेतो-रातो-पहेँलो मिश्रित रङको हुन्छ, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू र गुदी हुन्छ। यसको गाँजिन्छ र फैलिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तस्तम्भक, उदररोगनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्कपुष्टिकर, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, चर्मरोग, उदरशूल, दर्द, सुक्खा दम-कफ समस्या, प्रदर, मुख- जिब्रोका बिग्रेको घाउ, उदररोग, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानो, अर्श, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, क्षय, रक्ताल्पता, प्रमेह, जलोदर, क्षय, वातरक्त, आउँ-पखाला, हैजा, रक्तस्राव, गर्भाशयशोथ, मुख-घाँटीका बिबिरा, गलगण्ड, मूत्रकृच्छ्र, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पत्थरी, शीतज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० र पुष्पस्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी ३ वटा ३-५ पटक ।

### २१९२. घोक्रेखुर्सानी, खुर्सानी घोक्रो फुलाउनी, ब्रह्मऋचा, Chilli Danger Pepper, *Capsicum* sp. (Family : Solanaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, फल लाम्चो ढिँणीभित्र तेलीय चेप्टा बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद अति पीरो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो उत्तेजक, विरेचक, चर्मअर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, निद्राहारक, विषघ्न, अर्शोघ्न, शोथघ्न, वातपुष्टिकर, रक्तशोधक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, अग्निकारक, शीतनाशक, मेदहर, कण्ठशोधक, जलशोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मधुमेह, रक्तरोग, पेट डम्म-ढुस्स, मोटोपन, चिसो आउँ-पखाला, पेटको रोग, अर्श, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अतिनिद्रा, दुबी, दाद, कुष्ठ, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु चिसिने, पिनास, टन्सिल, निम्नरक्तचाप, मन्दाग्नि, विषप्रभाव, सर्पदंश, जोर्नीवाथ, चर्मअर्बुद, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, दम, कफग्रस्त खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण आधा एक ग्राम, अर्क १० र क्वाथ २० मि.लि. रस/काँढापानी १ मुख, वटी एउटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम तेलमालिस तथा पिउने १०-२० मि.लि. ३-५ पटक।

### २१९३. घोयो ठूलो कालो, घोये, Bentgrass, *Agrostis capillaris* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार-कडा, फूल-फल बालामा सेतो-हरियो, तेलीय पिठोयुक्त बीजहरू, जरा सेता हुन्छन्, यो गाँजिन्छ र बढ्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, मांसपेशीय/स्नायुतन्तुको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### २१९४. घोयो मसिनु कालो, कालघोय, Never Fail Plant, Bristly Love Grass, *Agrostis setifolia* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार-कडा, फूल-फल बालामा सेतो-हरियो, तेलीय पिठोयुक्त बीजहरू, जरा सेता हुन्छन्, यो गाँजिन्छ र बढ्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार, मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, मांसपेशीय/स्नायुतन्तुको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

### २१९५. घोगे कोदो वनेलु उसी, Wild Millet Sedge Plant, *Carex barbarae* (Family : Cyperaceae)

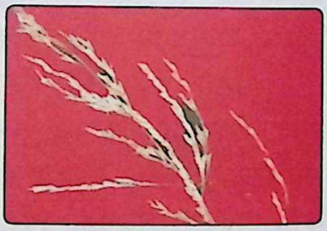
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो रुखमुनितिर १-३ फिट.अग्लो, सुइरेपात लामा-भालाकार साँगुरो, बालामा लमतन्य सेतो फूल र फल घोगामा लाग्छ, छिप्पिएपछि बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन्। यो कोदोसमान हो। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र शामक स्वाद मिठो केही टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, ब्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, श्वासनाशक दर्दनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्त्वको कमीमा उपयोगी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्त्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि,

पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

**२१९६. घोयो हरियो, गया, Gray Love Grass, Stinkgrass *Eragrostis cilianensis*** (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो भालाकार-कडा, हरियो फूल-फल बालामा सेतो-हरियो, तेलीय पिठोयुक्त बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो गाँजिन्छ र बढ्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, मांसपेशीय/स्नायुतन्तुको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२१९७. घोयो खैरो, गया, Weeping Love Grass, Stinkgrass *Eragrostis curvula*** (Family : Poaceae)



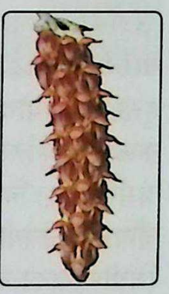
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात ३०-७० से.मि. लाम्चो सुइरे, हरियो फूल बालामा सेतो-खैरो, तेलीय पिठोयुक्त बीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो गाँजिन्छ र बढ्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, मांसपेशीय/स्नायुतन्तुको रोग, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, जरास्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२१९८. घोगेको लहरा, घोगा फल्ने शिकारी, बृहत्वातघ्न, Long–Big Bone Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको न्यानो ठाउँमा पाइन्छ । यो विशाल झ्याङ, हाँगाहरू धेरै, पात लाम्चो-फराकिलो दूधे, घोगामा फल्छ, तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का टर्रो

हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, वातहर, शक्तिकारक, पीडान्तक, मेदमज्जाकारक, हाडको रोगमा उपयोगी, सप्तधातुवर्द्धक, बलकारक-अतिपोषक, त्रिदोशशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : सर्वाङ्गले वातव्याधि, सप्तधातुको कमीमा, हाडको-ढाडको रोग, जोर्नीवाथ, नसावात, शारीरिक कमजोरी, रज-वीर्यको दोष, प्रदर, प्रमेह, अङ्गदर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, वटी क्याप्सुल २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२१९९. घोगेफूल, सुनाखरी, Marlow Orchid, *Bulbophyllum careyanum*** (Family :Orchidaceae)

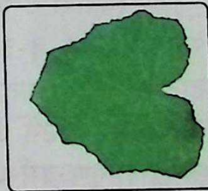


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ४-६ से.मि. लामो, लम्बेतान पात, फूल घोगामा पहेँलो वा गुलाबी वा रातो वा मिश्रणरङमा फुल्छन् र बीज लाग्छन्, जरा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : समस्तभाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२२००. घोडेपाङ्ग्रो, वनखोर, हनुदुन, गुगु, कारु, Himalayan Horsechest Nut Tree, *Aesculus indica***
(Family : Sapindaceae)

**चिनारी** : यो १०००-३००० मिटरको चिसो हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो, पात संयुक्त लाम्चो चुच्चो, पुष्प लाम्चो तनामा फुल्ने सेतो वर्णको, फल लम्बगोल हरियो पाकेपछि खैरोभित्र कालो तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, बीज र तेल । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो टर्रो केही पिरो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, वेदनानाशक, शोथघ्न, कफनिस्सारक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, गुल्महर, चर्मरोगहर, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पीडा, शोथ, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवाथ, कटिवात, गृध्रसी, हाडको रोग, गानो, धनुर्वात, रजःवीर्यदोष, दाद, दुबी, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-२ वटा, चूर्ण १ चम्चा, खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, मालिस २-३ पटक ।

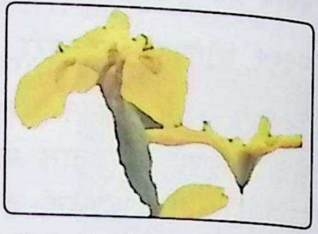
**२२०१. घोडीखुट्टे बुटी, फञ्जियुन, बटमान, बरयान, वातमान, Colt's Foot Plant, *Tussilago farfara***
(Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो १०००-४००० मिटरको हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु, रोमश, सेतोवर्णको झार २-३ फिट अग्लो, बोक्रा ऊन-कपाससमान घोडाको बच्चाको खुट्टासमान, टाप आकारको पात हल्का दन्तुर, फूल चम्किलो सुनौलो, जरा-उपजरासहितको चिप्लो मिठो, बीजहरू तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो-टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, गर्भपातक, रक्तस्रावरोपक, व्रणसुधारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, गण्डहर, रेचक, श्वासरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफग्रस्त दम-खोकी, पिनास, फोक्सो विकार, गला घाँटीको रोग-टन्सिल, मूढगर्भ,

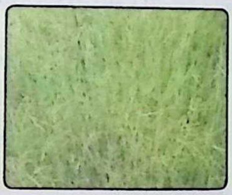
कब्ज, घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्तदोष, रक्तरोग, रक्तपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २२०२. घोडेबोझो, घोडाबच, घोडा गन्हाउने बोझो, Horse Sweet Flag Plant, *Acorus* sp. (Family : Acoraceae)



**चिनारी** : यो चिस्यानमा जतातत्तै पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ५-७ फिट अग्लो, भुइँबाट माथि गएका भालाकार पात टुप्पो चुच्चो, फूल पहेँलो लिङ्गाकार पुष्पदण्डमा रहेको, जरा गाँठागुठी परेको सेतो-हल्का पहेँलो घोडाको बास्ना आउँछ। यसको स्वभाव उष्ण-उत्तेजक र स्वाद परपराउने अनि पीरो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग- जरा र पात। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफज अर्बुदहर, वेदनानाशक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मलमूत्र शोधक, वातव्याधिहर, कृमिमारक, मेदहर, चर्मरोगहर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशुद्धिकर, बुद्धिकारक, श्वरसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफज अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कफवृद्धि, दम, खोकी, पिनास, टाउको दर्द, गला अवरुद्ध, जिब्रो-मुखका खटिरा, श्वासनली र फोक्सोशोथ, शीतज्वर, नाक नखुल्ने, विषप्रभाव, छालाको रोग, पित्तरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसीवात, सन्धिखुकुलो, वुद्धिहरण-स्मृतिह्रास, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म आधा-एक ग्राम, स्वरस/अर्क २० र क्वाथ ५० तथा काँढापानी १०० मि.लि., वटी १-३ वटा मासजत्रो, जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### २२०३. घोडेदूबो, घुँडेदूबो, गण्डदुर्वा, गाडर दुब, Ghode Dubo Plant, Horse Love Grass



**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र पाइन्छ। घोडेदूबो आधा फिटदेखि २-१० फिटसम्म अग्लो, पात बेलनाकार मोटो दुवैतिर गएका, तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन्। यो तृण बहुवर्षायु सदा हरियो रहन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो शीतल, मूत्रल, व्रणरोपक, उच्चरक्तचाप र रक्तक्यान्सरमा उपयोगी, मूत्रकष्ट र पत्थरीमा लाभदायक, रक्तपित्त र पित्तविकारनाशक, बलदायक, वातहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले लौहतत्त्व बढाउँछ, पेट विकार र कब्जमा लाभ पुऱ्याउँछ। सेता जराको अनिकाल र उपवासमा प्रमुख भोजन बन्छ। यो दूबो चुस्ने-चपाउने र पिसेर रस ५-७ पटक पिउनाले एच.आई.भी/एड्स सन्चो गराउँछ। यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठागुठी-गुल्म, मासिकअधर्म, रक्तरोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, रक्तपित्त, रजःवीर्यविकार, कुपोषण, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, मधुमेह, प्रदर, मूत्ररोग, भत्भती पेट पोल्ने-उमठने इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक।

### २२०४. घोडेमर्चा, अजागन्धा, माक्तोक्पा (Am), Horse Smell Plant, *Thymus linearis* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो २०००-४००० मिटरमा हिमालयको निकट लेकाली क्षेत्रमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, छरिएको हाँगाबिँगा, सुगन्धदायक, बहुवर्षायु, डाँठमा भुस, पात चेप्टो, प्याजी फूल कार्तिकमा फुल्ने, तेलीयगेडा लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पञ्चाङ्ग। स्वाद परपराउने र मिठो पिरो र स्वभाव उष्ण लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफपित्तहर, अग्निप्रदायक, शोथघ्न, वेदनाशामक, दर्दहर, वातहर, पाचक, मुख शुद्धिकर, रक्तशोधक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अङ्गशोथ, रक्तविकार, गानोगोला, खोकी-दम, पिनास, रुघा, दाँत दर्द, पेट दुख्ने-शूल, जोर्नीवाथ, अरुचि,

कफपित्तज्वर, नाक बन्द हुने, निद्रा नआउने इत्यादिमा सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

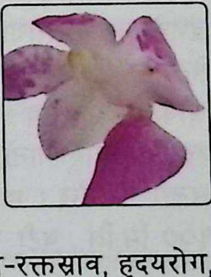
**२२०५. घोडेदुबो लहरे, घुँडेदूबो लहरो, गण्डदुर्वालता, Horse Vine Plant, Horse Love Grass Creeper**

**चिनारी** : यो सदा र सर्वत्र पाइन्छ । यो घोडेदुबो आधा फिटदेखि २-१० फिटसम्म फैलिने लहरो, पात बेलनाकार मोटो दुवैतिर गएका, तेलीयबीजहरू, जरा सेता हुन्छन् । यो तृण बहुवर्षायु सदा हरियो रहन्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो शीतल, मूत्रल, व्रणरोपक, उच्चरक्तचाप र रक्तक्यान्सरमा उपयोगी, मूत्रकष्ट र पत्थरीमा लाभदायक, रक्तपित्त, पित्तविकारनाशक, बलदायक, वातहर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले लौहतत्त्व बढाउँछ, पेट विकार र कब्जमा लाभ पुऱ्याउँछ । यसको अनिकाल र उपवासमा प्रमुख साग र भोजन बन्छ । यो दूबो चुस्ने-चपाउने र पिसेर रस ५-७ पटक पिउनाले एच.आई.भी/एड्स सन्चो गराउँछ । यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठागुठी-गुल्म, मासिकअधर्म, रक्तरोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, रक्तपित्त, रजःवीर्यविकार, कुपोषण, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, आमवात, मधुमेह, प्रदर, मूत्ररोग, भत्भती पेट पोल्ने-उमठने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक ।

**२२०६. घोयो, घोचडे, Strong Grass, Ghoyo Plant**

**चिनारी** : यो प्रायः उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ । यो अत्यन्त बलियो घाँस एक-डेढ फिट अग्लो भदौदेखि फुलेर मङसीर-पुसमा फल पाकी झर्दछ । यसको लाम्चो बालामा कडा मसिना सेता र पाकेपछि रातो-कालो तेलीय बीजहरू रहन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र जरा । यसको स्वाद मीठो स्वभाव उष्ण-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, वीर्य-रजजनक, वातव्याधिहर, पित्त-पत्थरीहर, बलकारी, वेदनानाशक, मूत्रल, जीवनीयतत्त्वरक्षक, त्रिदोषशामक, कफनिस्सारक, शोथघ्न, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, जोर्नीवाथ, शारीरिक दुर्बलता, पिसाबकष्ट, रजःवीर्यदोष, पित्तरोग, स्नायुगत-नसावात, दर्द, सुन्निने, दम, खोकी, कुपोषण, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, सन्धिशोथ, रजःवीर्यको कमी, मूत्ररोग, अङ्गवात, सन्धिशोथ, रजःवीर्यको कमी, मूत्ररोग, अङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, धनुर्वात, गर्भरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-५ ग्राम लेदो/धूलो/बीज, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीज र जरा वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**२२०७. घोगेगाभो, स्यालफुस्रे गाभो, Fox Tail Orchid Plant, *Rhynchostylis retusa* (Family : Orchidaceae)**



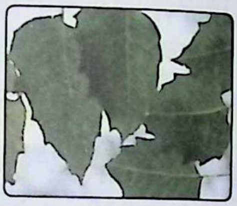
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो परजीवी पुराना रूखहरूमा १५-३० से.मि. लाम्चो र २-५ से.मि. चौडा, असार-साउनमा सेतो-प्याजी, घोगामा फुल्छ, मसिना तेलीयबीज हुन्छन् । यसको सबै भाग औषधीय प्रयोग गरिन्छ । यसो हेर्दा स्यालको पुच्छरझैँ देखिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रजःवीर्यवर्द्धक, सप्तधातुरक्षक, रक्तस्तम्भक, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, कफनिस्सरक, वातहर, बलकारक मानिन्छ । स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव शीतल । **औषधीय उपयोग** : यसले मुटुको वात, समस्त दर्द, हाडकोरोग, काटेको-पोलेको घाउ, धातु-रक्तस्राव, हृदयरोग, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, मिर्गौला सुक्खाराम, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जलन, पेट पोल्ने-औडाहा, रगतको कमी, ढाड-कम्मर दर्द इत्यादि सन्चो बनाउँछ । ताजा अनुहारमा लगाउँदा सौन्दर्यता चमक ल्याउँछ । **मात्रा** :

लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, लेपन २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२०८. घोल्चडे, घोलचढी, Golchadi Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो बुटी २-३ फिट अग्लो, हाँगाहरू भएको, पात चेप्टो, पहैंलो फुल्ने, फलमा मसिना तेलीयगेडा लाग्छन्। स्वाद गेडा एकदम मीठो र अन्य अङ्ग तीतो-नमिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मस्तिष्क पुष्टिकर, रक्तशोधक, मूत्रल, ऋतुस्राव नियामक, पित्तरोगहर, ज्वरहर, पत्थरीहर, वातनाशक, कलेजोरोगमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, वातरक्त, कलेजो रोग, जोर्नीवाथ, मूत्ररोग, मासिकअधर्म, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, कलेजोरोग, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१०, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी ३-५ वटा, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, लेपन २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२०९. घोणेनीम, अरलु, अड्डु, मोटोअर्डुसो, घोडाकरञ्ज, Tree of Heaven, Copal Tree, *Ailanthus excelsa*
(Family : Simaroubaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो उष्ण क्षेत्रमा छिटो बढ्ने विशाल रूख हो। यो ८०-१०० फिट अग्लो, २-३ मिटर व्यास भएको काण्ड सिधा बेलनाकार, दुर्गन्धयुक्त, पात २०-३० से.मि. लाम्चो संयुक्त दुवैतर्फ गएका, पुष्प पहैंलो सानो बालामा, फलभित्र एकल तेलीयबीज हुन्छ। यसको स्वाद तीतो-हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, मेदहर, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, ज्वर, आउँ-पाखाला, मोटोपन, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, पेटका जुका, दुबी, कुष्ठ, सङ्ग्रहणी, घाउ-खटिरा, सङ्क्रमणरोग, पेटको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा, काँढापानी १ कचौरी, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२१०. ङीचभृङ्ग, भृङ्गी, Vringii Plant

**चिनारी** :यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो चिस्यान खेतहरूमा मिल्छ, आधा फिट अग्लो, वर्षादमा सेतो फुल्ने, लुलो कमजोर बुटी, मसिना लाम्चा तेलीयबीज हुन्छन्। स्वाद खल्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, गुल्महर, पेटशुद्धिकर, रक्तशोधक, पेटको रोगमा लाभदायक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्श, उदरशूल, मासिकअधर्म, रक्तरोग, वायु-गानो, कब्ज, ग्यास्ट्रिक, मोटोपन, प्रदर, मुख-जिब्रोका बिबिरा, पत्थरी, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ३-५ र साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २२११. चम्टेबुटी, Chamte Buti or Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ठन्डाक्षेत्रमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल पहैंलो

फुल्छ, जरा सेतो ठस्स गन्हाउँछ, फलभित्र तेलीयबीज हुन्छ। स्वाद मिठो केही टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तचाप, सर्वरक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, मिर्गौलापत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको घाउ, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २२१२. चक्रधारी बर, चक्रदारबर, बरगद, वटवृक्ष, Banyan Plexus Tree, *Ficus* sp. (Family :Moraceae)

**चिनारी** : यो २००० मिटरको उचाइसम्म पाइन्छ। यो १००-१५० फिट अग्लो, चक्रधारी, विशाल वृक्ष, पात गोलाकार, हाँगा बट्टारिन्छन्, रातो फुल्ने, अम्बाआकारको रातो फल र दूध निक्लने, गोला फल रातोभित्र गुदी र प्रशस्त तेलीयबीजहरू हुन्छन्। स्वाद टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक गरम हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो गर्भरक्षक, पुष्टिकर, कामोद्दीपक, दर्दहर, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, वातव्याधिनाशक, वाजीकर, शक्तिवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रसायन, आयुर्वर्द्धक, पित्तहर, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, गर्भपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको दूध पोसिलो र सर्वरोगनाशक हुन्छ। यसले प्रदर, मासिकअधर्म, हैजा, गानो, अर्श, आन्द्राको घाउ, मधुमेह, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, रक्तरोग, रक्ताल्पता, गर्भाशयरोग, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, आमवात, सन्धिशोथ, पक्षाघात, कटिवात, रजःवीर्यको अभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १ चम्चा लेदो वा धूलो र दूध ३-५ थोपा, भस्म १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी ३-५ वटा, चोप १-२ ग्राम, १ फल, १ पात, पेय १ गिलास, काँढापानी १-२ माना, टुक्रा चुसिरहने ३-५ पटक।

### २२१३. चखेत्रो, चख, अम्लबेत, अम्लभेदन, Big Chakhetro Plant, *Garcinia pedunculata* (Family : Clusiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको हाँगाबिँगा कलमी-खेती गरी २-४ वर्षमा फलाउन सकिन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, काँडाहरू तिखा, हरियो-पहेँलो फुल्ने, पाकेपछि सुनौलो पातलो बोक्रा फलभित्र केस्रामा रसदार गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। पात, फूल र फलत्वक बास्नादार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। फलको र अन्य भागको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद फल अति अम्लीय र अन्यभाग तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तस्तम्भक, अग्निकारक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, वृद्धिवर्द्धक, नेत्रशक्तिदायक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, अरुचि, वमन, अजीर्ण, उदरशूल, गानो, हृदयधड्कन तेज हुँदा, मन्दाग्नि, रक्तस्राव, हैजा, रक्तपित्त, जलन-छटपटी-डाहा, हिक्का, मासिकअधर्म, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अर्श, सुक्खा दम-खोकी, नेत्ररोग, मुखपाक, पाचनप्रणाली शिथिल-सुक्खाराम इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ५० र क्वाथ ५० तथा बीजतेल १० र पाक फलस्वरससुई २-१० मि.लि., केस्रा १-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, क्षार/बीजचूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२१४. चटेल काली, कृष्णमरेला, बाँझककोडा, बन्ध्याकर्कोटी, Black Momordica Plant, *Momordica* sp. (Family : Cucurbitaceae)

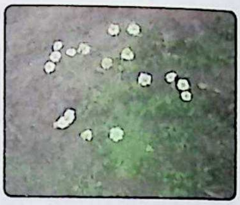
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो केही कालो लहरो, जरा गाजरसमान

हुन्छ, पात ५ कुने, रौँदार, पहेँलो फुल्छ साँझमा खिल्छ, अण्डाकार फलभित्र काला तेलीबीजहरू हुन्छन् । मंसिरमा लहरो सुक्छ र कालो गानोमात्र रहन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** गानो । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो-टर्रो चरचराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रक्तशोधक, विषघ्न, वातनाशक, वामक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, अग्निवर्द्धक, व्रणशोधक, पत्थरीहर, मेदहर, अर्बुदहर, उदररोगमा लाभदायक, शोथघ्न, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले चिनीरोग, विषप्रभाव, मूत्रकृच्छ, कामला, शिरोरोग, सन्निपात, अपस्मार, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पक्षाघात, नेत्ररोग, श्वास-रोग, सर्पदंश, कुकुरदंश, प्लीहावृद्धि, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, उदरशूल, अर्श, दाद, दुबी, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १-२ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२१५. चन्द्रसुगन्धी फुल्ने, बामपाटेझार, धूपगुग्गुली, Moon Chamomile Plant, *Tanacetum* sp.

(Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा असोज-चैत्रमा धेरै पाइन्छ । यो सदा फुलि र फलिरहन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, बास्नादार, पात दुवैतिर गएका छिन्नभिन्न मसिना सुइरे, पूर्णचन्द्रझैं सेतो फुल्ने, थुङ्गामा मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-बास्नादार हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो आक्षेपहर, पित्तनाशक, कफघ्न, वातव्याधिहर व्रणरोपक, उदररोगनाशक, विषघ्न, पत्थरीहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, विषघ्न, सुगन्धिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मानसिकरोग, स्मृतिह्रास, मृगी-छारे, अपस्पार, दिमागी गर्मी, छालाका समस्त रोग, सन्धिवात, अङ्गशोथ, कटिवाथ, गृध्रसी, पित्तवृद्धि, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उदरशूल, अर्श, पेट पोल्ने, पत्थरी, उदर कृमि, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।



### २२१६. चन्द्रवल्ली, चन्द्रिका, Moonforce Plant

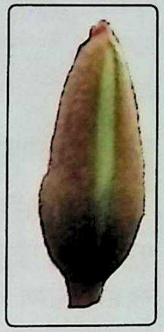
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट लाम्चो लहरा, पातमा चन्द्रिका भएको चेप्टो, फूल बालामा फुल्छ, मञ्जरीमा तेलीय बीज लाग्छन्, जरा डल्लो आकारका हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, जरा, पात र डाँठ । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तरोगहर, पुष्प रक्तपोषक र रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, स्त्रीधर्मपालक, गर्भधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पक्षाघात, कम्पवात, कफज्वर, पत्थरी, जलोदर, अर्बुद, रक्तको कमी, रक्तरोग, दम, खोकी, क्षयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, कामला गर्भाशयरोग, विषप्रभाव, रक्तविकार, अपस्मार, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, पुष्प लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-२० ग्राम, सर्वाङ्ग काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-३ ग्राम, फूल १ वटा ३-५ पटक ।

### २२१७. चम्पावती हिमाली, सुनकेशरी-हिमचम्पक, Himalayan Magnolia Plant, *Magnolia grandiflora*

(Family : Magnoliaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, ८०-१५० फिट अग्लो, पात आयाताकार लाम्चो, बास्नादार फूल सेतो केशर सुनौलो फुल्ने, काष्ठसार पहेँलो, फल

घोगामा प्रशस्त तेलीय बीजहरू र भुवा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तव्यवस्थापक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता, गर्भाशय सुन्निने र खस्ने, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** बीज १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।



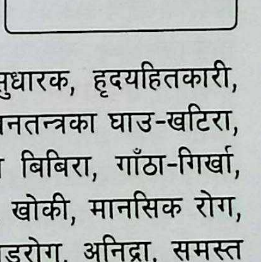
### २२१८. चम्पा सुन्तले, चाँपो सुन्तले फुल्ने, चम्पक, Orange Michelia Plant, *Michelia champaca*

(Family : Magnoliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, १००-१५० फिट अग्लो, ३-१० फिट मोटो, चम्किलो नरम पात आयाताकार चुच्चो, सुन्तले फुल्ने बास्नादार, काष्ठसार पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू राता चेप्टा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तव्यवस्थापक, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२१९. चक्रमुनिझुसे, षड्चकी, Sweetleaf Hairy Star Gooseberry Plant, *Sauropus androgynus*

(Family : Phyllanthaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ६-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो गाढा हरियो डालीमा दुवैतिर गएका, रातो पुष्पमा केशर पहेँलो, गोला रसिलो फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, पात र फल । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, मूत्रल, रक्तदोषहर, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, व्रणरोपक, उदररोगमा

उपयोगी, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, मूत्ररोग, रक्तदोष, मासिकअधर्म, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, उदरशूल, अर्श, आँखाको कमजोरी, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, पातस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, टुक्रा २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२२०. चन्द्रमङ्गेन तीनपाते, तीनपत्रक जिनसिङ, Three Leaved Ginseng, Ren Shen Ye, Panax Gingsing Plant**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ठण्डामा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो-दन्तुर, फूल सेतो, गोलाकार रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सेता गाना हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, पित्तनाशक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्धक, हृदयहितकारी, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिमिरा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दागिन, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : जडस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

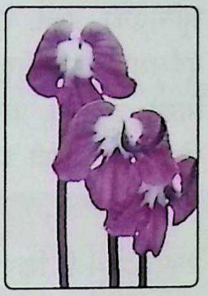
**२२२१. चन्दन रातो गर्मीको, रक्तचन्दन चेप्टोपाते, Red Sandalwood, Red Sanders, *Pterocarpus santalinus***
(Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो हुर्कन र बढन २०-३० वर्ष लाग्छ । यसको काष्ठसार रातो ४०-६० फिट अग्लो, पात गोलाकार त्रिपत्रक-अण्डाकार, फूल पहेँलो बालामा, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तव्यवस्थापक, रक्तवर्द्धक, वातहर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, अगिनकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, दम, खोकी, क्षय, श्वरनलीको समस्या, चर्मरोग, अर्श, जिब्रो-मुखका बिबिरा, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गर्भाशयशोथ-पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२२२. चन्बेली, लुगरुमुगपो, Lugru Mug Po (Am), *Pedicularis siphonantha* (Family : Orobanchaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ३०००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, एउटामात्र डाँठ, पात लाम्चो दुवैतिर गएका, वास्नादार फूल बैजनी-गाढा वा निलो फुल्ने, कोसामा तेलीय बीजहरू, जरा केही रातो हुन्छ । स्वभाव उष्ण र स्वाद तिक्त केही मिठो लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक कफनिस्सारक, वातहर, मूत्रल,

ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, नेत्ररोग, पित्तरोग, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, गिर्खा, पेटरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, रगतमासी, आउँ, यौनजन्यरोग, रक्त/श्वेतप्रदर, पखाला, वमन, कष्टदायक मासिकधर्म, पेटका घाउ, हैजा, रक्तस्राव, क्षयरोग, विष-उपद्रव, शूल, गला-घाँटीको समस्या, आमवात, कलेजो ज्वर, फोक्सो सुन्निने र पेटको क्यान्सर, सुक्खा ख्याँस-ख्याँस, घाउ, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने ३-५ पटक ।



### २२२३. चम्पा ठूलो, चम्पावती, सफेदचम्पा, कट्कुइँया पेड, Bull Bay, Magnolia Big White Tree, *Magnolia grandiflora* (Family : Magnoliaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा, १००-१३० फिट अग्लो, पात आयाताकार लाम्चो चिल्लो, सेतो फुल्ने, काष्ठसार सेतो, फल घोगामा प्रशस्त तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तितो मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, निद्राजनक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रक्तव्यवस्थापक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, पुष्टिकर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पाचनतन्त्रका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडरोग, अनिद्रा, समस्त रक्तविकार, मासिकअधर्म, मांसपेशीय-स्नायुगत कमजोरी, नपुंसकता, गर्भाशयशिथिल, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। छालालाई मुलायम र सुन्दरता दिन्छ। **मात्रा :** बीज १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२२४. चमेली हिमचट्टानको, मेतोक, जलकाँग, Himalayan Rocky Jasmine Plant, *Androsace strigillosa* (Family : Primulaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको २५००-४२०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-३० से.मि. अग्लो, भुइँबाट पलाएका पात चेप्टो, फूल सेतो फुल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद बास्नादार मिठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो केशरक्षक, सुगन्धदायक, वातहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार,

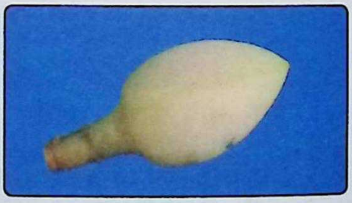
कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, चर्मरोग, पागलपन, मानसिक समस्या, जिब्रोको बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२२५. चमेली किरीमिरीपाते, हृदयागन्धे, Himalayan Small Leaved Jasmine Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २५००-५००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, भुइँबाट पलाएका किरीमिरी पात लाम्चो चुच्चो, फूल सेतो फुल्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद बास्नादार तीतो-टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो केशरक्षक, सुगन्धदायक, वातहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको बिबिरा, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ र सुन्निएको, दुख्ने, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, चर्मरोग, पागलपन, मानसिक समस्या, जिब्रोको बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा,चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२२६. चम्पा हिमाली, भोटचाँप, चम्पावती, Gai–Lie–Mu, Himalayan Talauma Tree, *Magnolia hodgsonii*

(Family : Magnoliaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो लोपोन्मुख भनिन्छ। यो ३०-८० फिट अग्लो, विशाल रूख, धेरै हाँगाबिँगाहरू, बोक्रा सफेद मोटो पत्रदार, काष्ठसार सेतो, पात आयाताकार-फराकिलो, फूल सेतो पङ्खासमान, चोप निक्लने, अण्डाकार काँडादार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो-मिठो अन्यभाग मिठो र टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, पुष्टिकर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, बलकारक, सन्तानदायक, रजःवीर्यसुधारक, विषघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग-समस्या, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीरोग, त्रिदोषज विकार, प्रमेह, प्रदर, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पिनास, टन्सिल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस, गानोगोला, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, रक्तार्श, तनाव, रक्तचाप, मन्दाग्नि, मृगी, ज्वर, मस्तिष्करोग, मज्जातन्तु कमजोरी, सर्पदंश, विषप्रभाव, हाडरोग, बाँझोपन, निःसन्तान इत्यादि सन्चो गराउँछ।

**मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा तेल १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म/चोप १-५ ग्राम, १-३ वटा ३-५ पटक।

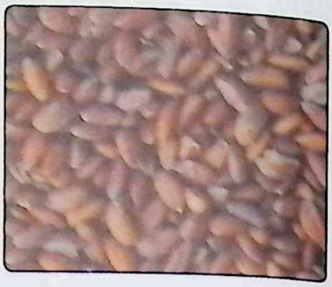
**२२२७. चब्य ठूलो लाम्चे, लाम्चो पिप्ला, चाभ, पिपरा, चब्य, Piper Long Chabya Plant, *Piper chaba***
(Family : Piperaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो पराश्रयी लता, बहुवर्षायु सुगन्धदायक, १०-२० फिट लाम्चो, पात चेप्टो चुच्चो परेको, फूल सेतो, लाम्चो फल लम्बेतान मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पीरो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कामोद्दीपक, कफनिस्सारक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, स्वेदकारक, गलग्रन्थिरोगहर, वेदनानाशक, रसायन, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, हैजा, आउँ-पखाला, अजीर्ण, गृध्रसी, क्षय, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, मधुमेह, अर्श, मुख-जिब्रो पाक, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, हाड-ढाडदर्द, उदरशूल, चिसो-रुघा-पिनास, चर्मरोग, कृमिरोग, मन्दाग्नि, आमवात, कफ-वातज्वर, कण्ठ-गला सुन्निएको, वायुगोला, धनुषटङ्कार, गृध्रसीवात, निम्नरक्तचाप, भृङ्गीरोग, इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पातले दिमागमा मद-नसा दिन्छ, फोक्सो तताउँछ साथै मद्यपानको रोगीले पात चुसेर आफ्नो आदत सुधार्न सक्छन् । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, बीज १-२ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात /फल १-३ वटा ३-५ पटक।

**२२२८. चब्य हरियोथोप्ले, पिप्ला, चाभ, फरिपिप्पर, चब्य, Piper Chabya Plant, *Piper sarmentosum***
(Family : Piperaceae)

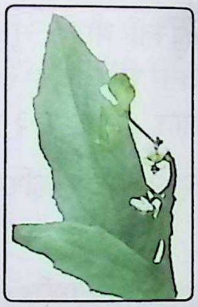
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, पराश्रयी लता, बहुवर्षायु सुगन्धदायक, २०-१०० फिट लामो, पात पानआकारको, चेप्टो चुच्चो परेको, फूल सेतो, फल हरियो थोप्ले लाम्चो मोटो, फल सानो गोलामा मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-पीरो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, कामोद्दीपक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, विषघ्न, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, फुफ्फुसहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, वातपुष्टिकर, बलकारक, त्रिदोषशामक, स्वेदकारक गलग्रन्थिरोगहर, वेदनानाशक, रसायन, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, हैजा, आउँ-पखाला, अजीर्ण, गृध्रसी, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, कफग्रस्त दम-खोकी, मधुमेह, अर्श, मुख-जिब्रो पाक, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, हाड-ढाडदर्द, उदरशूल, कफग्रस्त दम-खोकी-चिसो-रुघा-पिनास, चर्मरोग, कृमिरोग, मन्दाग्नि, आमवात, कफ-वातज्वर, कण्ठ-गला सुन्निएको, वायुगोला, धनुषटङ्कार, गृध्रसीवात, निम्नरक्तचाप, भृङ्गीरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १ वटा, बीज १-२ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, पात/फल १-३ वटा ३-५ पटक।

### २२२९. चम्सुरदूधे, चम्शुरदूधे, दुग्धचन्द्रशूर, दूधहालिम, Milky Cress Plant, *Lepidium sativum* (Family : Brassicaceae)



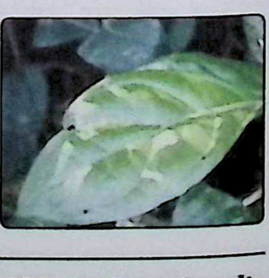
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-६० से.मि. अग्लो, दूधे, पात लाम्चाकार, फूल सेतो फुल्ने, तेलीय बीजहरू, जरा सेता वर्णका हुन्छन्। यो छिप्पिएपछि चोपिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-केही टर्रो बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, मेरुदण्डदर्द, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मधुमेह, प्रदर, हाड भाँच्चिएको र फुटेको इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### २२३०. चम्सुर लाम्चोपाते, देगा, बेग्रा, Field Pennycress, *Thlaspi arvense* (Family : Brassicaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ अग्लो, फूल सेतो फुल्ने, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो बास्ना आउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेद-मज्जावर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मधुमेह, प्रदर, प्रसूति व्यथा, प्रसूति-सूतिका र सर्दी-गर्मी बिग्रिएको, पोषणआहारको कमी, कब्ज, अर्श, आन्द्राको निष्क्रियता, आमाशय शिथिलता, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, स्नायुवात, गृध्रसीवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पत्रस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

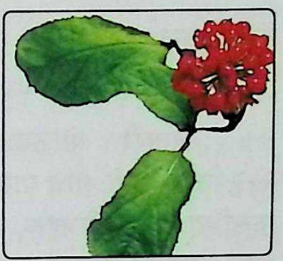
### २२३१. चमेली दिनमा बास्नादिने, The Day Jasmine Plant



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने ५-१० फिट लाम्चो लहरा, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल सेतो-रातो, बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक,

वेदनानाशक, गलग्रन्थिरोगहर, कृमिमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, गला-घाँटीको रोग, फोक्सोज्वर, त्रिदोषात्मक विकार, मुखपाक, पिनास, मोटोपन, टन्सिल, थाइराइड, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, चिसो, कफग्रस्त खोकी-दम, टन्सिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसमा अरसोलिकअम्ल, सैपोनिन, टिगोनिन, निकोटिन, टिगाजेनिन, एक्लाइड, नोमोक्युटिन आदि रासायनिकतत्त्व हुन्छ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२३२. चन्द्रमङ्गोन सुनौलो, स्वर्णजिनसिङ, Golden Seal Ginseng Plant, Ren Shen Ye, *Panax ginseng–folium***
(Family : Araliaceae)



**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो-दन्तुर, फूल सेतो, गोलाकार रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा सुनौलो गानो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** जडस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२३३. चन्द्रपाते, धडले बडी, चन्द्रथैली, Moonwort Plant, *Botrychium lunaria* (Family : Ophioglosaceae)**

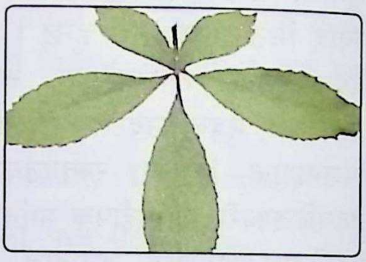
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात दुवैतिर गएका अर्धचन्द्रकार, फूल पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, ज्वर निवारक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, मृदुरेचक, उदररोगनाशक, पत्थरीहर, गर्भपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले शुष्कगर्भ, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, हैजा, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग, रक्ताल्पता, कब्ज, पित्तवृद्धि, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पात ३-५ वटा, पातस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, साग ३०-५० ग्राम १-२ पटक ।

**२२३४. चतरी, चाक्तिक, चक्तीक, Chaktik, Bitter is One Small Plant**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको ठन्डामा पाइन्छ । यो ग्रीष्म कालमा पैदा हुन्छ र कार्तिकमा

हराउँछ, सानो झार ३-५ अङ्गुल उचो, फेदमा दुई लाम्चो पात, सेतो/पहेँलो वर्णको बुटी, जरा गहिरो जान्छ, निलो फुल्ने, र फल मंसिरमा पाक्छ, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, डाँठ, फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तशोधक, नेत्रशक्तिप्रदायक, मेदहर, पत्थरीहर, ज्वरनिवारक, नेत्रहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, कामला, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, कलेजो सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २२३५. चन्द्रमङ्गेन पहेँलो, स्वर्णजिनसिङ, Yellow Seal Ginseng Plant, Ren Shen Ye, *Panax ginseng-folium* (Family : Araliaceae)



**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुको २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-२ फिट अग्लो, पाँच पात लाम्चो-चुच्चो-दन्तुर, फूल पहेँलो, गोलाकार रातो फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा पहेँलो गानो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, सप्तधातुवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, वाजीकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदय र हाडको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** जडस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२३६. चन्द्रमङ्गेनी हरियै फुल्ने, जिनसिङमहिला, स्त्रीचन्द्रश्वरी, Himalayan Female Ginsing, Dong Quai, *Angelica sinensis* (Family : Apiaceae)

**चिनारी :** यो उच्चपहाडी ठण्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो २-४ फिट अग्लो, संयुक्त पात चेप्टो चुच्चो केही लामो त्रिशूलझैं, छाताझैं छत्तरी हरियो-पहेँलो फुल्ने, धेरै बीजहरू, लामो र मोटो जरा खैरा वा फुस्रा हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्त्रीरोगनाशक, शक्तिप्रदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, गलगण्डहर, रक्तवर्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले स्त्रीजन्यरोग, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगी-अपस्मार, कमजोरीको पागलपन, आन्द्राको शिथिलता, शीघ्रपतन, जलन, बबासीर, त्वचा सङक्रमण, प्रदर, प्रमेह, यौनरोग, स्तन अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम,

रस/काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग/दाल/खोले/उसिनेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**२२३७. चन्द्रमङ्गोनी, चन्द्रश्वरी, महिलाजिनसिङ, स्त्रीहिमकन्द, Himalayan Female Ginsing Root Plant, Dong Quai, *Angelica sinensis*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका उच्चपहाडीक्षेत्रमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, संयुक्त पात चेप्टो चुच्चो केही लामो त्रिशूलभैंं, छाताभैंं छत्तरी सेतो फुल्ने, लामा र मोटा जरा खराने वा सेता, प्रशस्त बीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्त्रीरोगनाशक, शक्तिप्रदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, रक्तवर्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्त्रीजन्यरोग, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगी-अपस्मार, कमजोरीको पागलपन, आन्द्राको शिथिलता, शीघ्रपतन, जलन, बबासीर, त्वचा सङक्रमण, प्रदर, प्रमेह, इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग/दाल/खोले/उसिनेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**२२३८. चराखुट्टे बाँसफूल नीलो, टाउको फूल, शिरपुष्प, Blue Stalked Gentain Plant, *Gentiana pedicellata*** (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ८००-३८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो चुच्चो, फूल नीलो, जरा पहेँला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तको कमी, दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, निम्नरक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२३९. चम्पा, झ्यामलथामा, सानो पाटभ्कार, Champa Herb, Himchampa Herb**

**चिनारी** : यो उच्चलेकका ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात गोलाकार, पहेँलो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, पत्थरी, प्रदर, कब्ज, अर्श

इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

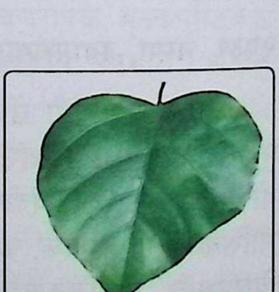
### २२४०.चर्पा, सेतीकाठ, Cape Myrtle Plant, Thakisa, *Lagerstroemia* sp. (Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ८००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात चेप्टो मुलायम, डाँठ कलेजी, फूल सेतो-रातो, गोला सिन्दुरवर्णको फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मेदहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, उदरकृमि, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २२४१.चरचरे रातो डाँठे, शीघ्र चर्‍याउने लहरो, अत्यम्लपर्णी, Cissus Vine, Cissus Plant, *Cissus repens* (Family : Vitaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०-१०० फिट लामो लहरा, पात लाम्चो-चुच्चो, साना फूल राता फुल्छन्, फल गोला पाकेपछि कालोभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद चरचर्‍याउँछ र कोक्याउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदबद्धक, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तअर्बुद, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, यौनरोग, अङकुसे-रिङकुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआइभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीजतेल १०, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम एक पटक।

### २२४२.चरचरे लहरो चेप्टोपाते, टिहुकी, चर्मरोगनाशकलता,चर्‍याउने लहरो, CissusVine Plant, *Cissus repens* (Family : Vitaceae)



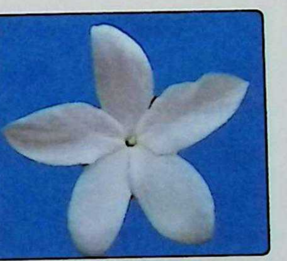
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-१०० फिट लामो लहरा, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो असोज-कार्तिकमा फुल्छ, फल गोला पाकेपछि कालोभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने चरचर्‍याउने उग्र गन्ध आउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदबद्धक, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक,

कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तअर्बुद, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस, यौनरोग, अङ्कुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, अनिद्रा, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, छालारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, बीजतेल १० र स्वरससुई २-५ तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम एक पटक ।

### २२४३. चन्दने, सानो चन्दन, क्षुद्ररक्तचन्दन, Small Chandane, Blood Purification Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, भित्री बोक्रा र पातको नसा रातो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो अरू चन्दन नपाउँदा प्रयोग हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२४४. चमेली दाँतपाते, उँधोमुन्टे चमेली, दन्तपत्रक, Downy Dental Jasmine, *Jasminum* sp. (Family : Oleaceae)



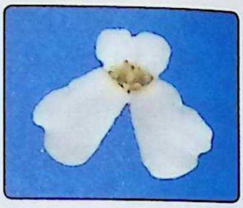
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट लामो लहरो, चेप्टो पात रोमश, बास्नादार फूल अति सेतो दाँतसमान फुल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, कलेजोरोग, अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पेट-मुखका घाउ-खटिरा, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२४५. चटनी, चाट्नी, Chatani, Fresh Sour Taste

**चिनारी :** यो हरेक जलवायुमा बनाउन सकिन्छ । भोजन पचाउन र र्‍यालरस निकाल्न प्रयोग हुने चाख्ने वा चाटने महास्वाद लिने प्रचलनलाई चटनी भनिन्छ । एकल अम्लवर्गका कुनै एकभाग वा सर्वाङ्गलाई तेलीय बीजान्नसँग पिसेर नाममात्रको नुन र पिरो थपेर बनाइन्छ । जस्तै : अमला वा चरिअमिलोमा तील वा

गाँजा वा भाङ्ग वा सिलम पिस्ने वा प्याज थप्न सकिन्छ । वरिपरि रहेका चीजबाट क्षणभरमा बन्ने तत्काल चाट्न सकिने चटनी रोग अनुसार भएमा सर्वोत्तम भनिन्छ । नेपाली भोजनमा यो मुख मिठ्याउने जिब्रोको टुप्पामा टक्क लाग्ने प्रायः बनेकै हुन्छ । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पाचक, पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, नेत्रज्योतिवृद्धिदायक, रक्तस्तम्भक, हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, अग्निकारक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हृदयरोग, अरुचि, अजीर्ण, हैजा, रक्तपित्त, रक्तस्राव, रक्तचाप, दिमागी गर्मी, पैत्तिकज्वर, छालारोग, प्रदर, प्रमेह, मन्दाग्नि, उदरशूल, अर्श, पित्तवृद्धि, पत्थरी, नेत्ररोग, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चूर्ण १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२४६.चमार, त्रिशूलाकारपत्रक, Bitter Candytuft Plant, *Iberis amara* (Family : Brassicaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, यताउता फैलिन्छ, सुइरे पात, रोमश, बास्नादार फूल सेतो केशर पहेँलो, तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कलेजोरोग, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पेट-मुखका घाउ-खटिरा, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२४७.चमार रातो, त्रिशूलाकारपत्रक, Bitter Candytufts Plant, *Iberis umbellata* (Family : Brassicaceae)

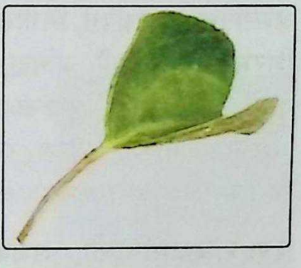
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, लाम्चो पात, बास्नादार फूल सेतो-रातो, तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कलेजोरोग, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पेट-मुखका घाउ-खटिरा, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२४८. चमार सदा हराभरा, त्रिशूलाकारपत्रक, Bitter Evergreen Candytufts Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, तोरीसमान हुन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, भ्याङिगन्छ, लाम्चो आयाताकार पात, बास्नादार फूल रातो, तेलीयबीज हुन्छन् ।

**उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कलेजोरोग, अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पेट-मुखका घाउ-खटिरा, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२४९.चडुवा, थन्थार, Cane BuckThorn Plant, *Rhamnus virgata* (Family : Rhamnaceae)

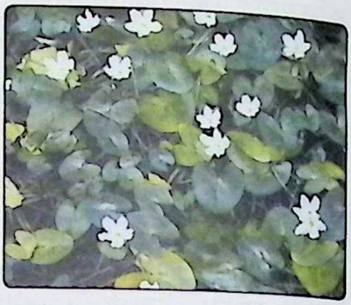


**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुको १०००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात चेप्टो दुवैतिर गएका, पातलो दृढ काँडा, हरियो-पहेँलो फुल्छ, रातो हुँदै कालो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद अति तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वामक, रेचक, रोगप्रतिरोधात्मक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, छालारोग, अर्बुद, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मोटोपन-कोलेस्टोरल, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मधुमेह, गलग्रन्थिरोग, गलागाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, उदरकृमि, हैजा, सरुवा-सङ्क्रमण, आन्द्राको खटिरो, कब्ज इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम, वटी १-३ वटा १-३ पटक।

### २२५०. चन्दनगुलाब, कलाकिमोनी, परजम्ब, Rose Sandalwood Tree, Olea Plant, *Olea dioica* (Family : Oleaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो हल्का दन्तुर, पात ७-१३ से.मि. लाम्चो ३-५ से.मि. चौडा, बोक्रा मुलायम खैरो, फूल पहेँलो हरियो फुल्ने, नीलो अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, बलवर्द्धक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्तम्भक, गर्भाशयसङ्कोचक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, पाचनप्रणलीका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कटिवाथ, पत्थरी, ज्वर, वायुगोला, जोर्नीवाथ, उदररोग, आउँपखाला, अर्श, गर्भाशय झर्ने-सुन्निने, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** फल १-२ वटा, लेदो/चूर्ण १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १० र तेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक।

### २२५१. चन्द्रमाला, टगरपादुका, चाँदमाला, चन्द्रसारिवा, Moon Kumud Plant, *Nymphoides hydrophylla*
(Family : Menyanthaceae)



**चिनारी** : यो हरेक हावापानीको जलमा पाइन्छ । यो कुमुदभन्दा सानो हुन्छ । यसको हृदयाकार पात १-३ अङ्गुलको अण्डाकार माथिल्लोभाग चिफ्लो र निम्नभाग खस्रो, फूल सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा पानीमा धेरै हुन्छन् । फूल र फल वर्षादमा आउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, मिर्गौलालाई शक्तिदायक, मूत्रल र शुक्रजनक, पित्तनाशक, पित्तजअर्बुदहर, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, तनावहर, रक्तविकारहर, मेदमज्जाकारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पिसाबको समस्या-मूत्ररोग, अम्लपित्त, कमलपित्त, मिर्गौलापत्थरी, रजःवीर्यदोष, पित्तज्वर, प्रदर, धातुस्राव, स्मृतिह्रास, रक्तदोष, छालाको रोग, शिरमण्डलको गर्मी, अनिद्रा, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ, पित्तजअर्बुद, घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, वेहोशी, रगतको कमी, गाँठा-गिर्खा, सुकेनाश, एच.आई.भी./एड्स, हाडको रोग, विषप्रभाव, ज्वर, अपस्मार इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/रस/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २२५२. चन्द्रमल्लिका, अजक, Piretre Flower, Pelitre Plant, *Chrysanthemum cinerariaefolium*
(Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो ३०००-५८०० मिटर उच्चपहाडी पत्थरिलो भू-भागमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात संयुक्त छिन्नभिन्न तितेपातीसमान, पुष्पदण्डमा फूल सेतो थुँगामा बीचमा पहेँलो, तेलीय लाम्चो बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो र परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, अर्बुदहर कण्ठशोधक, निद्राजनक, बलकारक, वातपुष्टिकर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, दर्दहर, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गाँड, थाइराइड, उदरकृमि, पक्षाघात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला पेट दुख्ने/पोल्ने, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, मूढगर्भ, एचआइभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सुन्निएको, दुख्ने हाड-जोर्नी, हड्डी फुटेको-टुटेको, हडकम्पज्वर, दर्द, आउँ-पखाला इत्यादि तत्काल सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, बीज तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा २-३ पटक ।

### २२५३. चम्सुर हिमाली, चन्द्रशूरपाँते, देगा, बेग्रा, Alpine Penny Cress Thlaspi, *Thlaspi caerulescens*
(Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १५-५० से.मि. अग्लो, काण्ड वैजनी/कलेजी रङको, पात पन्युभैँ, फूल सेतो भुप्पामा फुल्ने, थुङ्गामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का टर्रो बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक,

वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, रक्तवर्द्धक, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलारोग, मधुमेह, प्रदर, प्रसूति व्यथा, प्रसूति-सूतिका र सर्दी-गर्मी बिग्रिएको, आहारको कमीले आन्द्राको निष्क्रियता, आमाशय शिथिलता, जोर्नीवाथ, हाडरोग, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, स्नायुवात, गृध्रसीवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा : अत्तर ५ थोपा**, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पत्रस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

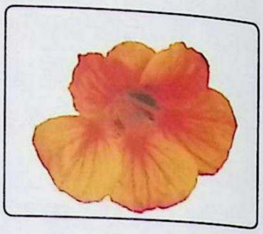
### २२५४. चम्खीस कालो, सानो कुठ निलिमा, Tsamkhris (Am), Grass Leaved Saw-wort Plant, *Saussurea graminifolia* (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको ४०००-६५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो, भुइँबाट पात निस्केका, लाम्चो-साँगुरो, जरा गाँजिएको, रोमश, फूल रौंदार-बैजनी-नीलो, भुवादार थुँगा, बीज तेलीय हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगहर, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुखको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार, सङ्ग्रहणी, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २२५५. चकरौँधे, चक्रमर्द, चकवड्, रूखताप्रे, कोइया, पापनासिनी, Tora, Sickle Senna Plant, *Cassia tora* (Family : Fabaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, संयुक्त पात चम्चासमान, पात एउटा डालीमा ६ पत्रक, फूल सुनौलो, कोसामा लाम्चो फलभित्र १०-१५ वटा चेप्टा बीजहरू हुन्छन्। यसको पात सूर्यास्तसँगै चपक्क टाँसिन्छ। सूर्योदयमा फेरि फुल्छ। यसको बीज कडा हुन्छ, धेरैवर्ष सुरक्षित राख्न सकिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर, दन्तरक्षक, त्रिदोषनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, मुखपाक, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

**२२५६. चम्सुरेलहरो सुन्तले झुसे, चन्द्रशुरलता, पिनासहरपत्रक, Cress Hairy Plant, Chamsure Golden Vine, *Tropaeolum majus (Family : Tropaeolaceae)***

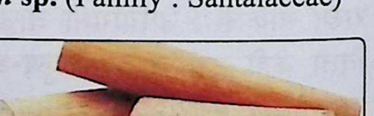


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लामो लहरो, झुसे, केही सेतो पात गोलाकार मुलायम, फूल सुन्तले फुल्ने, फल तीनभागमा जोडिएको भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो श्वासरोगहर, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, त्रिदोषशामक, सुगन्धदायक, जलशोषक, निद्राजनक, अर्शोघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखपाक, पिनास, टन्सिल, सङ्ग्रहणी, आम-अतिसार, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, अनिद्रा, जलोदर, क्षय, गला-घाँटीका खटिरा, चिसो रुघा, श्वासनली सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२२५७. चम्सुरे लहरो सुन्तले फुल्ने, चन्द्रशुरलता, पिनासहरपत्रक, Cress Vine Plant, *Tropaeolum majus*** (Family : Tropaeolaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-२० फिट लामो लहरो, पात गोलाकार मुलायम, फूल सुन्तले वा रातो/प्याजी/गुलाबी/कलेजी फुल्छ, फल संयुक्त तीनवटा जोडिएको भित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पिरो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, अनिद्रा, जलोदर, क्षय, गला-घाँटीका खटिरा, चिसो रुघा, श्वासनली सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२२५८. चन्दन पहेँलो, हरिप्रियचन्दन, चन्दनपीत, Cool Mind Tree, *Santalum* sp.** (Family : Santalaceae)



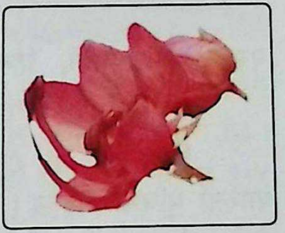
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो २०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल पहेँलो, बोक्रा र काठसार पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, स्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग,

गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२५९. चरचरे लहरो ठूलो, बर्का टिहुकी, बृहत्चर्मरोगलता, Big-long Leaved Cissus Creeper, *Parthenocissus semicordata*** (Family : Vitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लगभग ३०० फिट विशाल लहरा, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल हरियो-पहँलो असोज-कार्तिकमा फुल्छ, फल गोला पाकेपछि कालो भित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद कोक्याउने चर्चऱ्याउने उग्र गन्ध आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो धातु-उपधातुशोधक, पारदवद्धक, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मेदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, दर्दहर, चर्मरोगहर, विषमारक, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, गर्भघातक, मदकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तअर्बुद, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, कलेजोरोग, यौनरोग, उदर, अङ्कुसे जुका, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, एचआईभी/एड्स, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, अर्बुद, ज्वर, अर्श, अनिद्रा, रक्तरोग, मधुमेह, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, बीजतेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, भस्म/खोटो १-३ ग्राम २-३ पटक । यसको लेपन लगाउने चलन छ ।

**२२६०. चक्रेबडे ठूलो रातो फुल्ने, रक्तचक्रमर्दना, दादमारी, गहुँते, Red Sickle Senna Plant, *Senna polyphylla*** (Family : Fabaceae)



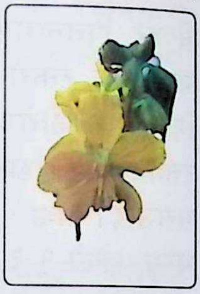
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, रातो फुल्ने, फल कोसामा धेरै बीज लाग्छन् र तेलीय हुन्छन् । यसको बीज कडा हुन्छ, धेरै वर्ष सुरक्षित राख्न सकिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो केही टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, कफघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर, दन्तरक्षक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मोटोपना, दम, खोकी, मुखपाक, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानोगोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, दाग, दादुरा, लुत्तो, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२२६१. चरीनङ्ग्रे, चिराइगोडा, Bird Claw Leaf, Hanging Lobster Claw Plant, *Heliconia rostrata*** (Family : Heliconiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात चराको नङ्ग्राझैं, फूल पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक,

रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, गलाको रोग, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, पात १-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२६२.चक्रमर्दनी राग धेरै आउने, कुष्ठकृन्तनभेदिनी, कुरकोस्या, Hill Coffee, Senna Small Plant, *Cassia sophera* (Family : Fabaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात चेप्टा, सुनौलो फुल्छ, कोसामा भित्र खैरो वर्णका तेलीयगेडा, हुन्छन् । यो धेरै गन्हाउँछ र अति चर्को राग आउँछ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल र बीज । स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद तिक्त-कटु र कषाय हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रक्तदोषहर, कुष्ठघ्न, गलाशुद्धिकर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, पत्थरीहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, विषघ्न, मूत्रल, ज्वरनिवारक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले उदररोग, रक्तदोष, अर्बुद, अम्लपित्त, रक्तपित्त, दाद, कुष्ठ, दुबी, जनैखटिरा, मोटोपन, कफग्रस्त दम-खोकी, पित्तवृद्धि, कमलपित्त, गाँठा-गुठी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पत्थरी, यौनरोग, श्वासनलीशोथ, विषमज्वर, आउँ-पखाला, सङ्ग्रहणी, अर्श, विषप्रभाव, मधुमेह, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, भुटुवा बीज ५-१० ग्राम, पात/फूल १-२ वटा, काँचो बीज १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२६३.चर्बोङकार्पो, हिमपाती पुड्के, आओङ (Am), Alpine Artemissia Plant, *Artemisia* sp. (Family : Asteraceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको ३२००-४२०० मिटरमा घाम लाग्ने पारिलो भूमिमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात त्रिशूल आकार छिन्नभिन्न, फूल सेतो, मसिना तेलीय बीजहरू, जरा खैरा-सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले सर्नेरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मोटापना, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मुखको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, रक्तरोग, मूत्राशयको पत्थरी, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, तनाव, अर्बुद, मधुमेह, पित्तविकार, छालाका रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पत्रक स्वरससुई ५-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

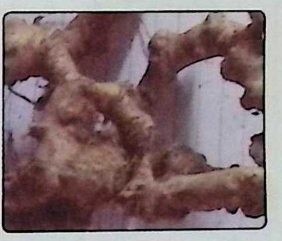
### २२६४.चखेत्रो, चाक्ले फल, Pumelo Fruit, *Citrus maxima* (Family : Rutaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट लामो, पात लाम्चो-चेप्टा-फराकिलो बास्नादार, फूल सेतो, फल डल्लो पहेँलो, बाक्लो बाक्कल, भित्र रातो गुदी र सेता बीजहरू केस्रामा

हुन्छ । यो निवुवाभन्दा सानो फल काठेज्यामिरको बोटसमान हुन्छ । चखेत्रो पाकेपछि पहेँलोभित्र प्रशस्त रेसा पत्रपत्र हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, वातहर, श्वासहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, हृदय र मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., केस्रा २-३ वटा, फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

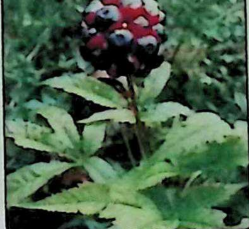
### २२६५. चन्द्रमङ्गेन, सातगाँठे, जिनसिङ, चिउजी (चीन), Himali Ginseng Plant, *Panax pseudo-ginseng*

(Family : Araliaceae)



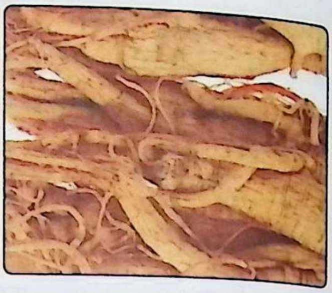
**चिनारी** : यो बुटी २५००-४५०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यसको बर्सेनि गाँठो बढ्दै जान्छ र सात गाँठो लागेपछि वृद्धिक्रम रोकिन्छ । यो सात पात, १-२ फिट अग्लो, असारतिर पहेँलो फुल्छ र फल चमकदार रातो-कालो फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, निद्राजनक, बलवर्द्धक, वाजीकर, गर्भस्थापक, वीर्यभेदक, सप्तधातुरक्षक, अस्थिसङरक्षक, मूत्रल, स्मरणशक्तिदायक, समस्त ज्वरनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, छारेरोग, अपस्मार, पागलपन, कमजोरी, धातुरोग, पातलो वीर्य, स्नायु नसा-जोर्नी दुख्ने, बिर्सने समस्या, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात आदि सन्चो गराउँछ । यो नेपाली जिनसिङ संसारभरकै उत्तम पोसिलो भनिन्छ । **मात्रा** : यसको जरा (गाना) चूर्ण १/१ चम्चा ३-५ ग्राम, स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम २-३ पटक अनुपान दूध र सहपान महसँग खानुपर्छ ।

### २२६६. चन्द्रमङ्गेन रातो, रक्तचन्द्र, Red Ginseng, Radix Ginseng Plant



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ठन्डा इलाकामा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, ७/७ पात ५-७ झुप्पामा लाग्छन् र तेलीयबीज हुन्छन् । जरा पुस्रो गाँठा परेको मूलाझैँ हुन्छ । यसले ३-५ वर्षमा राम्रो उत्पादन दिन थाल्छ । यो जरा वहुवर्षीय हो । यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, जीवनीयतत्त्वनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रक्तरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, गृध्रसी, मासिकअधर्म, गर्भरोग, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २२६७.चन्द्रमङ्गोन खैरो मूला, चन्द्रमञ्जनमूली, White Long Ginseng Plant



**चिनारी** : यो शीतोष्ण र समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको खेती गर्ने चलन बढेको छ। यो आर्थिकस्तर उकास्ने र शरीर पुष्टिकर बनाउने वनस्पति हो। यो १-३ फिट अग्लो, सातपत्रे, चैत-वैशाखमा सुइरो निक्लन्छ र ३-५ झुप्पा ७/७ पातका लाग्छन्, जरा मूलासमान लाम्चो खैरो, उपजरा मसिना, तेलीय बीजहरू सेतो गोलाकार, फूल रातो, छिन्नभिन्न गाढा हरियो पत्ता हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, मूत्रल, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, मासिकधर्मनियामक, गर्भस्थापक, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रक्तरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, दुब्लाउने, मूत्ररोग, हाडको रोग, दम-खोकी, पित्तवृद्धि, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, प्रदर, धातुरोग, बाँझोपन, मानसिक तनाव, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : वटी २-३ वटा चूर्ण ५-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र स्वरससुई ५-१० मि.लि., काँढापानी १ माना, १-२ वटा टुक्रा ३-५ पटक।

### २२६८.चन्द्रमङ्गोन दूधे, महाशक्तिनी, दूधेजिनसिङ, Milkey Ginseng Plant

**चिनारी** : यो प्रायः ३-४ हजार मिटरमा विशाल वृक्षको फेदतिर पाइन्छ। यो प्रायः जेठतिर उम्रन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, ७/७ पात, जरा सेतो दूधे, तेलीयबीजहरू, हाँगाबिँगासहितको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिनाशक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, शोथघ्न, गर्भस्थापक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रक्तरोग, रगतको कमी, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, शीघ्रस्खलन, दम-खोकी, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, स्नायुरोग, अङ्गदर्द, पित्तवृद्धि, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० र स्वरससुई २-१० तथा तेल १० र दूध मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### २२६९. चन्द्रमङ्गोन पाँचपाते उचे, Siberian Ginseng Plant, *Eleutherococcus senticosus*

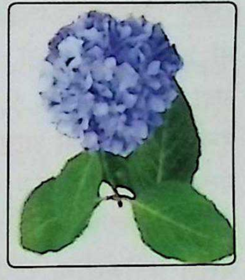
(Family : Araliaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरभन्दा माथि ठन्डा हावापानीको विशालवृक्षको मुनि चिस्यान भूमिमा पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो, गाढा हरियो, डाँठ काँडेदार हल्का रातो, फूल थुङ्गामा पहेँलो-सेतो वर्णको, फल रातो पछि कालो गोलाकार, जरा मूला पहेँलो-सेतो रङका हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, अति पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, रक्तवर्द्धक, कफनिस्सारक, पित्तघ्न, रक्तरोगहर, अस्थिपोषक, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, गृध्रसी, कटिवात, स्नायुरोग, रक्तरोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, हाडको रोग, बाँझोपन, गर्भरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २२७०. चन्द्रमल्लिका हिउँसेतो, अतिशाही, Snow Flower Hydrangea Plant, *Hydrangea macrophylla* (Family : Hydrangeaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो-फराकिलो, फूल हिउँसमान सेतो, चेप्टो बीज काला तेलीय हुन्छन्। यसको स्वाद मिठो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, विरेचक, ज्वरनिवारक, बलकारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, ऋतुधर्मनियामक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, रक्तदोष, ज्वर, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, पत्थरी, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, स्मृतिह्रास, दिमागी रोग, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५०-१०० मि.लि. जरा १-२ टुक्रा ३-५ पटक।

### २२७१. चन्द्रमल्लिका निलो, नीलचन्द्रमल्लिका, Hydrangea Blue Flower, *Hydrangea macrophylla* (Family : Hydrangeaceae)

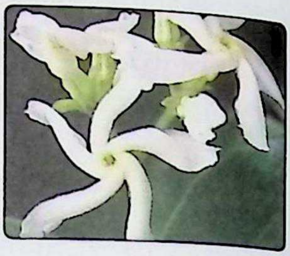


**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, ५ फिट फैलिन्छ, पात चेप्टो-फराकिलो, फूल निलो, चेप्टो बीज काला तेलीय हुन्छन्। यसको स्वाद मिठो-टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, विरेचक, ज्वरनिवारक, बलकारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक, ऋतुधर्मनियामक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, विषप्रभाव, रक्तदोष, ज्वर, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, पत्थरी, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, स्मृतिह्रास, दिमागी रोग, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५०-१०० मि.लि., जरा १-२ टुक्रा ३-५ पटक।

### २२७२. चन्द्रमङ्गेन लता, चन्मनबुटी, मकिनो, Jiaogulan Ginseng Vine, Five leaved Ginseng, Poorman`s Ginseng Plant, *Gynostemma pentaphyllum* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी** : यो ३२०० मिटरसम्मको हावापानीमा विशालवृक्षतिर पाइन्छ। यो लोपोन्मुख लता हो। यो १५-३० फिट लामो लहरो, चेप्टो चुच्चो पात संयुक्त ५ वटा, गाढा हरियो, डाँठ काँडेदार हल्का रातो, फूल थुङ्गामा पहेँलो-हरियो वर्णको, फल कालो गोलाकार, जरा मूलासमान पहेँला रङका हुन्छन्। यसको स्वाद मीठो केही टर्रो र स्वभाव उष्ण लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बलकारक, अति पुष्टिकर, वातव्याधिनाशक, रक्तवर्द्धक, कफनिस्सारक, पित्तघ्न, रक्तरोगहर, अस्थिपुष्टिकर, वेदनानाशक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक, कामोद्धीपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले सम्भोगशक्तिह्रास, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, गृध्रसी, कटिवात, स्नायुरोग, रक्तरोग, ढाड-कम्मर दुख्ने, हाडको रोग, बाँझोपन, गर्भरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, टुक्रा १-२ वटा, पातको साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २२७३. चमेली सेतो, श्वेतचमेली, Confederate Jasmine Plant, *Trachelospermum jasminoides* (Family : Apocynaceae)



**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ । यो हाँगा काटेर जहाँ पनि सार्न सकिन्छ । यो विशाल झ्याङ धेरै फैलिन्छ, पात चेप्टो केही सेतो, फूल पञ्चपत्र सेता हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो, परपराउने-बास्नादार र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, रक्तदोषहर, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर, उदररोगहर, सुगन्धदायक, श्वासरोगहर, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तरोग, रक्तदोष, मोटोपन, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, सङ्ग्रहणी, पिनास, रुघा-खोकी, अर्श, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, फूलस्वरससुई ५-१० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २२७४. चमेली विशाल लहरो, सेतो चेप्टोपाते, सदाबहार चमौली, सदाचमेली, Downy Jasmine Plant, *Jasminum multiflorum* (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको हरेक क्षेत्रमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, हाँगाबिँगाहरू धेरै फैलिएको, पात चेप्टो, सेतो फुल्ने, सदा हराभरा रहन्छ र सधैँ फुलिरहन्छ । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल र पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मोटोपन, कामला, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, अर्बुद, ज्वर, उदरशूल, अर्श, रक्तदोष, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ५-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २२७५. चरिन्युरो, Bird Face Neuro Plant

**चिनारी** : यो ४०-५० से.मि. अग्लो, डाँठमा सेतो धर्सा, उम्रेर आधा बढेपछि पात पलाउँछ र फैलिन्छ । जब पलाउँछ तब चरीसमान लाग्छ । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, बलकारक, वातपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, रक्तरोग, उदरशूल, ज्वर, आन्द्राका गाँठा-गिर्खा, रक्तपित्त, मुख-जिब्रोका बिबिरा, रगतको कमी, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २२७६. चनाकाउली, काउलीचना, Chikpea-Grabanzo Plant, Egyptian Pea, Cece, *Cicer arietinum* (Family : Fabaceae)

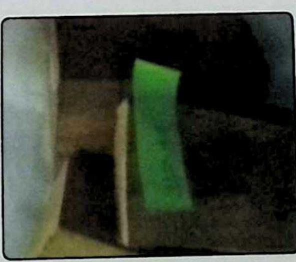
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको खेती गर्मी हावापानीमा राम्रो हुन्छ । यो ४-३ फिट लाम्चो-अग्लो, पात साना चेप्टो, फूल निलो, कोसाभित्र तेलीयगेडाहरू हुन्छन् । यसको बीज

काउलीसमान सेतो हुन्छ। यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, बलकारक, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, अतिश्रमहर, अस्थिपोषक, स्मरणशक्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, शारीरिक कमजोरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दम-खोकी, घाउ-खटिरा, रगतको कमी, अतिश्रमको पीडा, स्मरण शक्तिह्रास, पेट पोल्ने, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., बीज काँचो र भिजेको २०-५० ग्राम, भुटेको १ मुठी, रोटी १-२ वटा, खोले १ कचौरा ३-५ पटक।

### २२७७.चना कालो, कालीचना, Black Chikpea Plant, Ceci Neri,

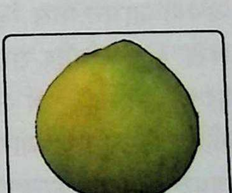
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो-लाम्चो पात चेप्टो-सानो, फूल कालो, कोसामा भित्र काला तेलीयगेडा लाग्छ र पाक्छ। यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, वातहर, बलकारक, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, उदररोगमा लाभदायक, मूत्रल, रेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पत्थरी, कब्ज, अर्श, पेट पोल्ने, मुख-जिब्रोका बिबिरा, दम-खोकी, फोक्सो, श्वासनलीशोथ, अतिश्रमको पीडा, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, भिजेको र काँचो चना ५०-१०० ग्राम, दाल १ कचौरा, रोटी १-२ वटा, खोले १ माना ३-५ पटक।

### २२७८.चन्दन सेतो ठूलोपाते, श्वेतचन्दनबृहत्पत्ता, Large Leaved White Sandalwood Tree, Sandal Wood, *Santalum* sp. (Family : Santalaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, काण्डको भित्रीभाग सेतो बास्नादार, रातो रगतसमान फूल, पात चेप्टो-आयाताकार चुच्चो, फल गोला पाकेपछि रातोभित्र सेतो तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद मिठो-हल्का टर्रो-केही परपराउने र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : काण्ड, फूल, फल र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, सुगन्धदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, पित्तरोग, ज्वर, अर्बुद, रक्तरोग, तनाव, घाउ-खटिरा, जलन, उदरपीडा, अर्श, गला-घाँटीका समस्या, सङ्ग्रहणी, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, कुष्ठ, दाद, दुबी, कडा छाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-२ ग्राम, चोप/भस्म आधा-एक ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., वटी १-३ वटा, पात/फल/फूल १-३ वटा ३-५ पटक।

### २२७९.चखेत्रो रातो, Red Pummelo, *Citrus maxima* (Family : Rutaceae)



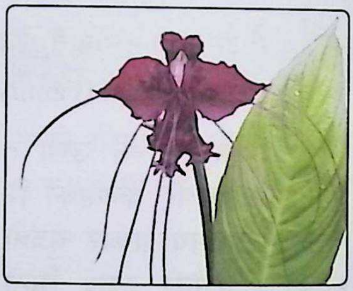
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १५-३० फिट अग्लो, बास्नादार, पात गाढा हरियो आयाताकार लाम्चो, फूल सेतो, गोलाकार-चेप्टा फलभित्र रातो गुदी र तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद अमीलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक,

व्रणरोपक, पत्थरीहर, शीतकारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, हृदयहितकारी, उच्चरक्तचापमापक, पित्तज्वर निवारक, स्मरणशक्तिदायक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अपच, अरुचि, हृदयाघात, उच्चरक्तचाप, पत्थरी, घाउ-खटिरा, हैजा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, स्मृतिह्रास, पित्तज्वर, मुख सुक्ने, तिर्खा लाग्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, केस्रा १-३ वटा, स्वरससुई २-१० र तेल/अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २२८०. चन्द्रकमल, चाँदकमल, जुनकमल, Moon Lotus Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कमलसमान बिरुवा हो । यो जुनेली रातमा फक्रन्छ, अँधेरी रातमा खुम्चिन्छ, यसको जरा धेरै गहिरो, जरा दुधिलो हुन्छ, फलभित्रको तेलीयगेडा धेरै हुन्छन् । स्वाद मीठो लाग्छ र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो स्वादिष्ठ, निर्दोष, शक्तिकारक, सप्तधातुरक्षक, रजः वीर्यजनक, स्मरणशक्तिदायक, बृक्क/हृदयपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, मूत्रल, पित्तनाशक, गर्मी पित्तज्वरहर, रजःवीर्यसुधारक, गर्भस्थापक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसको सबैभागले रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, आन्द्राका घाउ, पेट पोल्ने, पित्तरोग, वीर्य पातलो र धातुपात, ज्वर, शारीरिक गर्मी, मिर्गौला सुक्खा, पत्थरी, पिसाब पोल्ने, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, रजःवीर्यदोष, आन्द्राका घाउ, सुक्खापन, पित्तवृद्धि, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, मूत्ररोग, तनाव, डाहा-छटपटी, विस्मृति इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, १/१ डाँठ, १/१ गेडा, धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २२८१. चमेरो लहरो, Bat Plant



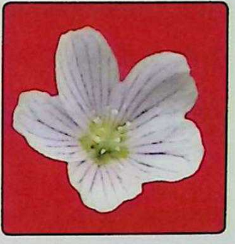
**चिनारी :** यो ठूलो झ्याङ उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कलेजी फुल्ने, पात लाम्चो वा चेप्टो, तेलीयबीज हुन्छन् । स्वाद टर्रो र केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने भाग :** सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिनाशक, हाडको रोगमा उपयोगी, दर्दनाशक, शोथघ्न, सङ्कोचक, विषघ्न, कृमिमारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नी दुख्ने, आमवात, हाड खिइने-टेढिने, ढाड-कम्मर दर्द, गृध्रसी, सन्धिशोथ, घुँडा दुख्ने, गृध्रसी, कटिवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । जराले हाडको रोगमा अचुक औषधि गर्छ । **मात्रा :** १/१ चम्चा ३-५ ग्राम, काँढापानी आधा-एकमाना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २२८२. चन्दन सेतो, श्रीखण्ड, श्वेतचन्दन, सफेदचन्दन, White Sandal Tree, Sandal Wood, *Santalum album* (Family : Santalaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा १८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो प्राचीनकाल सनातन परम्परादेखि आजसम्म महत्वपूर्ण हुँदै गइरहेको छ । यो ४०-६० फिट अग्लो धेरै हाँगाबिँगाहरू, सदा हराभरा वृक्ष, काष्ठसार सेतो सुगन्धदायक, पात चेप्टो-चुच्चो, पुष्प भन्टा अथवा जामुन फल रङको, फल गोलाकार-मांसलभित्र कठोर तेलीयबीज हुन्छ। यो सेतोपनाको रूख ३० वर्षपछि राम्रो बास्ना दिन्छ । १०० वर्षमा गाउँभरि सुगन्ध छर्छ र १००० वर्षमा अमृत झर्छ । तब १००० वर्षका सर्प-नागहरूले मन पराउँछन् । यसको स्वाद केही मिठो, हल्का टर्रो-परपराउने र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बोक्रा, अन्तरकाष्ठ, पात र फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफपित्तनाशक, विषघ्न, रक्तविकारहर, रक्तप्रसादक, मस्तिष्कसुधारक, शिरठन्डादायक, चर्मरोगनाशक, अर्बुदहर, शान्तिदायक,

रक्तशोधक, ज्वरघ्न, वातहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, रक्तपित्त, पित्तरोग, पित्तज्वर, कफविकार, कुष्ठ, दाद, दादुरा, खटिरा, गाँठा-गिर्खा आउने, अर्बुद, अपस्मार, मृगी, उच्चरक्तचाप, पत्थरी, शिरशूल, रुघा-खोकी, रक्तातिसार, वातरक्त, शितपित्त, दुर्गन्ध चल्ने, सास गन्हाउने, विषप्रभाव, दुबी, दाद, तनाव, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण १-३ ग्राम, स्वरस/लेदो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., भस्म आधा ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २२८३. चरीअमिलो सेते ठाडे, पाउंधाय, रक्तचाङ्गेरी, ठाडएमिता, अम्ललोणिका, Sour Grass, Red Sorrel, *Oxalis acetosella* (Family : Oxalidaceae)

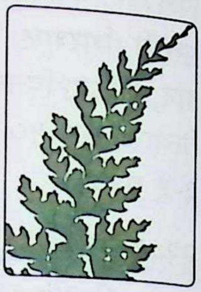


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सदा र सर्वत्र पाइन्छ। यो खेतबारीमा धेरै उम्रने, सिधा ठाडो रहने, एक फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, फलमा तेलीयबीजहरू, तीनपात जोडिएको, गानो हुन्छ। स्वाद मीठो-अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ। यसले धूम्रपान र मद्यपानको नसा उतार्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्रज्योतिप्रदायक, मूत्रल, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, पाचक-अग्नि-उद्दीपक, पित्तनाशक, रक्तचापमापक, अर्बुदहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, शान्तिदायक, नेत्ररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, रक्तस्राव, हैजा, अर्शको गिर्खा, कब्ज, पित्तज, अर्बुद, मन्दाग्नि, घाउ-खटिरा, पाचनशक्ति मांसवृद्धि-गाँठा-गिर्खा बढ्ने, तनाव, कामला, रक्तपित्त, नेत्ररोग, गुदाको बेर्नु निस्कने, अर्बुद, मासिकअधर्म, उच्चरक्तचाप र पित्तअधिक, दाँत कुँडिनु इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो भिटामिन 'सी' को स्रोत यदि अन्य अमिलो खाँदा दाँत कुँडियो भने ताजा बुटी चपाउनासाथ नचपाउने दाँतले तुरुन्तै चपाउन सक्छ। यसले लगाएर र खाएर आँखाको दिव्यता बढाउँछ, विभिन्न रोगबाट बचाउँछ, भोक जगाउँछ, प्रशस्त र्‍याल रस आउँछ, **मात्रा** : ५-१० ग्राम स्वरस/लेदो, १ माना काँढापानी, २०-३० ग्राम अर्क, गानो वटी २-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम, साग/चटनी १०-३० ग्राम, स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि, टुक्रा चुस्ने ३-५ पटक।

### २२८४. चरीअमिलो सुनौलो, स्वर्णचाङ्गेरी, अम्चोचिया, सुनौलोचरमल्ली, पाउंधाय, एमिता, दन्तशठा, Eye Tonic, Golden Sour Grass, *Oxalis corniculata* (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो २-३ महिने बुटी सदा र सर्वत्र पाइन्छ। यो हर हावापानीको जुनसुकै माटो/ढुङ्गामा पैदा हुन्छ। यो तीन वटा पातहरू जोडिएका एक/एक डण्ठलमा लाग्छन्, सुनौलो फूल, सानो कोसामा मसिना धेरै तेलीयबीजहरू, गानु पत्रपत्र परेको लसुन पोटीसमान, रातो डाँड भएको, भुइँमा लत्रन्छ। यसले चिल्लो काटछ, कुँणिएको दाँत तत्काल ठीक गर्छ। स्वाद अमीलो-मीठो र स्वभाव शीतल। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो नेत्ररोगनाशक, रक्तसङ्ग्राहक, हृदयहितकारी, रुचिकर, अग्निवर्द्धक, हैजा/रक्तश्राव नियन्त्रक, विष-उपविषनाशक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, सङ्ग्रहणी, मन्दाग्नि, पित्तरोग, रक्तश्राव, नकसीर, आँखाको समस्त रोग, मुटुको कडापन, अरुचि, अजीर्णता, रक्तपित्त, वातरक्त, अर्श, छालाको रोगहरू, तनाव, हृदयरोग, पित्तवृद्धि, गुल्म, उदरशूल, विषप्रभाव, रक्तरोग, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, साग/चटनी १०-३० ग्राम, काँढापानी १ माना, साग १ मुट्ठी, स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., बीज १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चूर्ण १ चम्चा ३-५ पटक।

### २२८५. चम्सुरेउन्यू सेतो, चम्नु, Cress Fern, *Leucostegia immersa* (Family : Hypodematiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो यो सेतो वर्णको १-२ फिट अग्लो, चम्सुरसमान पात, मसिना जरा भएको हुन्छ । स्वाद टर्रो, केही मीठो र स्वभाव उष्ण-शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो दर्दहर, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, मूत्रल, हैजा नियन्त्रक, पित्तहर, वातनाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, ज्वर, पेट पोल्ने-दुख्ने, वायुगोला, आउँ-पखाला, दर्द, अर्श, आन्द्राका घाउ, विषप्रभाव, दम, खोकी, हैजा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, हाड-ढाडको रोग, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, कलिलो बफाएको मुना ३०-५० ग्राम, स्वरस १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २२८६. चनागेडी सानो, चणक, बेसन, Gram, Chick Pea Plant, *Cicer arietinum* (Family : Fabaceae)

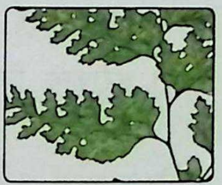
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । चना वर्षमा २ पटक खेती गरी पोषक अन्नबाट लाभ लिन सकिन्छ । स्वाद मीठो स्वाद र स्वभाव शीत्तल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, बलकारक, मलमूत्र शुद्धिकर, रजःवीर्यजनक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक, कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, अस्थिपोषक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, हाड-ढाडको रोग, धातुरोग, पेट पोल्ने, मुख-जिब्रोका बिबिरा, कब्ज, दुब्लो, दम, खोकी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पैत्तिकविकार, ग्यास्ट्रिक, पेट सुकेनाश, बल-वीर्यको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/सात्तु १०-३० ग्राम, भिजाएको र भुटेको एक मुठी ५०-१०० ग्राम, साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको, काँढापानी १ माना, खोले आधा-एक थाल वा भरपेट ३-५ पटक ।

### २२८७. चन्दन बूढो सेतो, श्रीखण्डहजार, श्वेतचन्दनहजारी, Sandal Old Wood White Tree, *Santalum album* (Family : Santalaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सयवर्षमा सर्वोत्तम बास्ना दिन्छ भने हजार वर्ष आयुका वृक्षबाट अमृतवर्षा हुन्छ । यो ४०-६० फिट अग्लो, धेरै हाँगाहरू, पात सानो चेप्टो, असार-साउनमा फिका सेतो फुल्ने, गोला सानो फल मंसिरमा पाक्छ, तेलीयबीज हुन्छ । उत्तम सिलौटो ढुङ्गामा पानीसँग घोटेर १-३ ग्राम खाने र आज्ञाचक्रमा आदेश टीका लगाई स्वस्थ रहने परम्परा यहाँ छ । स्वाद परपराउने र बास्नादार टर्रो र मिठो, स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अति सुगन्धदायक, स्मरणशक्तिदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, मस्तिष्क पुष्टिकर, अर्बुदहर, रक्तशोधक, त्रिदोषजविकार निष्कासक, पित्तनाशक, रक्तचापनियन्त्रक, शिरमण्डल शान्तिदायक, पागलपन-उन्मादमा उपयोगी, कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, ज्वरहर, कृमिमारक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अपस्मार, मृगी-छारे, पागलता, स्मृतिह्रास, गाँठा-गिर्खा बढ्ने, मानसिकरोग, टाउको दुख्ने, गिदीको अर्बुद, रक्तदोष, मस्तिष्कज्वर, रक्तचाप, रक्तपित्त, चर्मरोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, दम, खोकी, तनाव, दुबी, दाद, कुष्ठ, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, बिबिरा, मोटोपन, विषप्रभाव इत्यादि

सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., पात ३-५ ग्राम, बीज २-३ ग्राम, बीजतेल ५-१० बुँद, वटी १-२ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-२ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा ३-५ पटक।

**२२८८. चम्सुरेउन्यू सेतो, सफेदचिम्नी, Cress Fern,** ***Leucostegia immersa*** (Family :Hydrematiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सेतो वर्णको १-२ फिट अग्लो, चम्सुरसमान पात, मसिना जरा भएको हुन्छ। स्वाद टर्रो केही मीठो र स्वभाव उष्ण-शीतल-शामक। **गुण-धर्म-कर्म** : यो दर्दहर, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, मूत्रल, हैजा नियन्त्रक, पित्तहर, वातनाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, ज्वर, पेट पोल्ने-दुख्ने, वायुगोला, आउँ-पखाला, दर्द, अर्श, आन्द्राका घाउ, विषप्रभाव, दम, खोकी, हैजा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, हाड-ढाडको रोग, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, कलिलो बफाएको मुना ३०-५० ग्राम, स्वरस १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

**२२८९. चन्दन रातो पातलोपाते गर्मीको, रक्तचन्दन गोलपाते रातो चन्दन, लालचन्दन, रक्तचन्दन, Red Sandal Wood, Indian Ruby Wood,** ***Pterocarpus santalinus*** (Family : Santalaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो १५०० मिटरसम्ममा उत्तम खेती हुन्छ। यो ४०-६० फिट अग्लो, शाखाप्रशाखायुक्त, बोक्रा अँध्यारो कालोभित्र काष्ठसार अन्तररक्तवर्णको रङको, पातलो पात गोलाकार संयुक्त, पुष्प २ से.मि. लाम्चो सुगन्धदायक पहेँलो रङको, फलभित्र १-२ तेलीयबीज, पुसमाघमा फुल्छ, चैत्र-वैशाखमा फल पाक्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : अन्तःकाष्ठत्वक, फल, पत्र र फूल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, स्तम्भक, रक्तविकारहर, विषनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगनाशक, व्रणरोपक, स्वेदजनक, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले विषदोष, रक्तविकार, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तार्श, रक्तातिसार, त्वकविकार, कुष्ठ, दाद, लुतो, रक्तपित्त, पित्तरोग, शिरदर्द, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निक्लने, अस्थिसन्धिरोग, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, स्त्रीरोग, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० र लेदो/स्वरस १०-२० मि.लि., वटी १-२ वटा घनसत्व १-२ ग्राम, भस्म आधा ग्राम ३-५ पटक।

**२२९०. चमेली, जाती, चेतिका, Royal Jasmine, Sparnish, Jasmine,** ***Jasminum grandiflorum*** (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो लता, सौन्दर्य बढाउने भ्याङ सर्वत्र लगाएर मनमोहक बास्ना लिन सकिन्छ। यसको हाँगा धारी परेको, पात चेप्टो सानो यो एक पत्तमा ३/३ भाग हुन्छ र ४-६ पात लाग्छ, पखेटा भएको सानो पुष्प सेतो वर्षाकालमा फुल्छ। यो १५ वर्षसम्म फुल्ने र बास्ना दिने हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, पात र फल। स्वाद मिठो र फूल मिठो र स्वभाव शीतल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, पित्तनाशक, कुष्ठघ्न, वातनाशक, कफहर, चर्मरोगहर, मासिकधर्मनियामक, हृद्य, बास्नादार, अर्बुदनाशक, मूत्रल, विषघ्न,

यकृतपोषक, रक्तरोगहर/रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले हृदयाघात, शिरशूल, मुखपाक, कुष्ठ, ज्वर, रक्तपित्त, कमलपित्त, पित्तरोग, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, पत्थरी, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, मधुमेह, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अत्तर ३-५ थोपा, १/१ फूल चुस्ने, १/१ पात चपाउने, क्वाथ ५० र अर्क ३० तथा फूलस्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो ३-५ पटक।

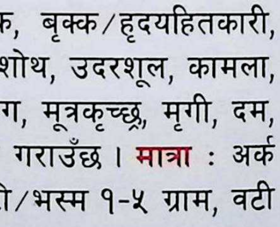
### २२९१. चरीकन्द, चिडियाकन्द, चरीमुखेगानो, पंक्षीमुखेजड, Birdmouth Root Plant

**चिनारी :** यो २५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, पात डल्लो, रातो/पहेँलो फुल्ने, स-साना तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरामा चरिको मुखसमान कन्द पहेँलो/रातो वर्णको हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अति मीठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, पुष्टिकर, बलकारक, अतिश्रमहर, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, कटिवात, स्नायुवात, हाडको रोग, रजःवीर्यरोग, दम-खोकी, बाँझोपन, अतिश्रमको पीडा, गर्भको कमजोरी, रक्तरोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

### २२९२. चन्द्रायण रगते, चन्द्रैन रगते, रक्तउत्सलीव, सिदु, Official Poeonia Plant, European Rubra, Blood Peony Plant, *Paeonia officinalis* (Family : Paeoniaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, गुलाबसमान बिरुवा, फूल अति रातो पत्रदार पात आयाताकार, शलगम जरा १-३ अङ्गुल लाम्चो खैरो र भित्र सेतो ताजामा खिरखिहिऱ्याउँछ, पछि १० वर्षसम्म रहन्छ र मिठो हुन्छ, गाँठोदार बदामसमान फलभित्र अनारदानाजत्रा तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव जरा र फूल शीतल र अन्यभाग गरम हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, वातहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, आर्द्रताशोषक, मूत्रल, ऋतुस्राव नियामक, जरा गर्भधारक, बृक्क/हृदयहितकारी, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दम-खोकी, हृदयरोग, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, उदरशूल, कामला, जलोदर, क्षयरोग, कफज्वर, अपस्मार, गुल्मवात, कम्पवात, पक्षाघात, पत्थरी, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, मृगी, दम, खोकी, मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, बाँझोपन, रक्तरोग, प्रदर, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण/खोटो/भस्म १-५ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी/रस १ गिलास, फूल/जरा १-२ वटा, बीज १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २२९३. चटेल लाम्चो ठूलो फल्ने, मरेला, कटुल, बाँझककोडा, बन्ध्याकर्कोटकी, Non-Fruiting Momordica Plant, *Momordica cochinchinensis* (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो लहरो फल्दैन, जरा गाजरसमान हुन्छ, पात ५ कुने, रौँदार, पहेँलो फुल्छ साँझमा खिल्छ, लाम्चो ठूलो फल्छ। मंसिरमा लहरो सुक्छ-गानोमात्र रहन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** गानो। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो-टर्रो चरचऱ्याउँछ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो विषघ्न, वातनाशक, वामक, कफनिस्सारक, चर्मरोगहर, पित्तनाशक, पारद अग्निवर्द्धक, व्रणशोधक, पत्थरीहर, मेदहर, अर्बुदहर, उदररोगमा लाभदायक, शोथघ्न, मूत्रल

मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले विषप्रभाव, मूत्रकृच्छ, कामला, शिरोरोग, सन्निपात, अपस्मार, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पक्षाघात, नेत्ररोग, श्वास-काँशरोग, सर्पदंश, कुकुरदंश, प्लीहावृद्धि, मोटोपन, सङ्ग्रहणी, उदरशूल, अर्श, दाद, दुबी, कुष्ठ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १-२ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२२९४.चक्मा, कण्टकचु, कतोस, रखाई बाँको, Lisia Herb, *Lasia spinosa*** (Family : Araceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको चिस्यानमा पाइन्छ । यसलाई रखाई बाँको भनिन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-७ फिट अग्लो, पात संयुक्त लाम्चो भालाकार दुवैतिर गएका, पहेँलो फुल्ने, घोगामा फल लाग्छ, तेलीयबीजहरू, जरा सेतो/खैरो गानो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो-केही मिठो परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, वातव्याधिहर, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, टन्सिल, गला-घाँटीको रोग, दम, खोकी, नसारोग, कटिवात, गृध्रसी, हाडको रोग, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, यौनकमजोरी, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, साग-तरकारी २०-५० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२२९५.चम्सुर सेतो फुल्ने झुसे, रोमश हालिम, श्वेतचन्द्रशुर, Hariry White Water Cress Plant, Garden Cress, *Lepidium sativum*** (Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने स्त्रीकेशर र पुङकेशर भएको, पात फेदका ठूला र माथिका साना छिन्नभिन्न संयुक्त लाम्चो, बालामा लम्बगोल फल लाग्छ र भित्र प्रत्येक कोष्ठमा १/१ बीज तेलीय, जरा सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको साग/छोपनी/मसला खाने प्रचलन छ । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो टर्रो बीज हल्का परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, मूत्रल, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, रजःवीर्यसुधारक, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, शरीर पुष्टिकर, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, पाचक, रोचक, स्वादिष्ठ मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मन्दाग्नि, स्तनमा दूधवृद्धि, गुल्म, उदरशूल, आउँ-पखाला, प्रदर, प्रमेह, अर्श, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, चर्मरोग, रक्तविकार, मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, ढाड-कम्मर-घुँडादर्द, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तेल १० र स्वरससुई २-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, बीजखीर वा साग २०-१०० ग्राम, लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, मसला/छोप/चटनी ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२२९६.चम्सुर प्याजी फुल्ने, चन्द्रशूर, हालिम, Garden Cress White-Onion Flower, Grass Leaf Pepperweed, *Lepidium graminifolium*** (Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो-भालाकार साँगुरो, फूल प्याजी फुल्ने, लम्बगोल कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू राता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र

स्वाद मिठो-टर्रो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, कण्ठशोधक, जलपोषक, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, बलकारक, अस्थिपोषक, चर्मरोगहर, कामोद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कफग्रस्त दम-खोकी, रजःवीर्यदोष, आन्द्राको घाउ-खटिरा, जलोदर, राजयक्ष्मा, स्तनमा दूधको कमी, मासिकअधर्म, प्रदर, कटिवात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, वटी १-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, कलिलोसाग २०-१०० ग्राम, मसला/चटनी ५-२० ग्राम ३-५ पटक ।

**२२९७. चम्सुरेउन्यू कालो, काला चिम्नी, Black Cress Fern Plant, *Leucostegia* sp.** (Family : Hypodematiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो कालो वर्णको १-२ फिट अग्लो, चम्सुरसमान पात, मसिना जरा भएको हुन्छ । स्वाद टर्रो केही मीठो र स्वभाव उष्ण-शीतल-शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, दर्दहर, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, अर्बुदहर, मूत्रल, हैजा नियन्त्रक, पित्तहर, वातनाशक, कफनिस्सारक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, ज्वर, पेट पोल्ने-दुख्ने, वायुगोला, आउँ-पखाला, दर्द, अर्श, आन्द्राका घाउ, विषप्रभाव, दम, खोकी, हैजा, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, हाड-ढाडको रोग, गर्भाशय खस्ने-सुन्निने, उदरशूल इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : जरा लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, कलिलो बफाएको मुना ३०-५० ग्राम, स्वरस १०-२० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२२९८. चन्द्रमङ्गेन, सातगाँठे, जिनसिङ, चिउजी (चीन), Himali Ginseng Plant, *Panax pseudo-ginseng*** (Family : Araliaceae)

**चिनारी** : यो बुटी २०००-४५०० मिटर उचाइसम्ममा पाइन्छ । यसको बर्सेनी गाँठो बढदै जान्छ र वृद्धिक्रम जब रोकिन्छ तब अमृत हुन्छ । यो संयुक्त सात पात लाम्चो, १-२ फिट अग्लो, असारतिर पहेँलो फुल्छ र फल चमकदार रातो-कालो गेडा फल्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, निद्राजनक, बलवर्द्धक, वाजीकर, गर्भस्थापक, वीर्यभेदक, सप्तधातुरक्षक, अस्थिसंरक्षक, मूत्रल, स्मरणशक्तिदायक, समस्त ज्वरनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले छारेरोग, मृगी, अपस्मार, पागलपन, कमजोरी, धातुरोग, पातलो वीर्य, स्नायु नसा-जोर्नी दुख्ने, बिर्सने समस्या, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, पक्षाघात आदि सन्चो गराउँछ । यो नेपाली जिनसिङ संसारभरकै उत्तम पोसिलो भनिन्छ । **मात्रा** : यसको जरा (गाना) चूर्ण १/१ चम्चा ३-५ ग्राम, स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम २-३ पटक अनुपान दूध र सहपान महसँग खानुपर्छ ।

**२२९९. चन्द्रमङ्गोनी, चन्द्रश्वरी, महिलाजिनसिङ, स्त्रीहिमकन्द, Himalayan Female Ginsing, Dong Quai, *Angelica sinensis*** (Family : Apiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीका उच्चपहाडीक्षेत्रमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, संयुक्त पात चेप्टो चुच्चो केही लामो त्रिशूलभैँ, छाताभैँ छत्तरी सेतो फुल्ने, लामा र मोटा जरा खराने वा सेता, प्रशस्त बीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्त्रीरोगनाशक, शक्तिप्रदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, ब्रणरोपक, मृगौलापुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, रक्तवर्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, अग्निकारक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले स्त्रीजन्यरोग, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त,

श्वाससमस्या, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगी-अपस्मार, कमजोरीको पागलपन, आन्द्राको शिथिलता, शीघ्रपतन, जलन, बवासीर, त्वचा सङक्रमण, प्रदर, प्रमेह, यौनरोग, स्तन अर्वुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, साग/दाल/खोले/उसिनेको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२३००. चम्सुर रातो थुङ्गामा फुल्ने, हालिम, Tudri Plant, Gilli Flower, Peppergrass, *Lepidium iberis***
(Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो, रातो थुङ्गामा फुल्छ, बीज तेलीय हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पुष्टिकर, स्त्रीधर्मपालक, बलकारक, वातपोषक, अस्थिसन्धानक, वेदनानाशक, वाजीकर, रजःवीर्यसुधारक, कामोद्दीपक, अर्बुदहर, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, कटिवात, कुपोषण, शारीरिक दुर्वलता, हाडको रोग, चोटपटक, मासिकअधर्म, दम, खोकी, आन्द्राका घाउ, मुख-जिब्रोका खटिरा, टन्सिल, गलग्रन्थिरोग, अर्वुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : वटी २-३ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, बीजखीर/साग २०-१०० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

**२३०१. चम्सुर लाम्चो पाते, हालिम, हालों, Long Leaved Water Cress, *Lepidium draba*** (Family : Araceae)

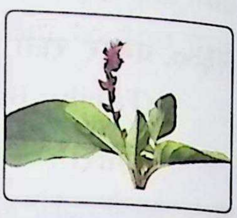
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यसको पात लाम्चो, फूल कन्चन सेतो टुप्पोमा झुप्पोमा फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो केही परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, दर्दहर, शोथघ्न, अस्थिपोषक, ऋतुधर्मनियामक, रजःवीर्यसुधारक, अर्बुदहर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, पक्षाघात, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, गृध्रसी, यौनशक्तिह्रास, कफग्रस्त दम-खोकी, राजयक्ष्मा, जलोदर, रजःवीर्यको अभाव, आन्द्राको घाउ, मुख-जिब्रोका खटिरा, गाँड, चोट लागेमा, घुँडा-ढाड-कम्मर दर्द, टन्सिल, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई ३-१० र तेल ५० मि.लि., वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास, अत्तर ३-१० थोपासाग/खीर ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२३०२. चम्सुर मसिनो सेतो फुल्ने, करौँतीपाते, तोदरी, White Flower Cress Plant, *Lepidium virginicum***
(Family : Brassicaceae)

**चिनारी** : यो संसारका सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा धेरै मिल्छ। यो १-२ फिट उँचो, फूल मन्जरीमा सेतो फुल्ने, बीज तेलीय हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद मिठो केही परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वाजीकर, वातव्याधिहर, पुष्टिकर, वेदनानाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मूत्रल, स्त्रीधर्मपालक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, वातपोषक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले गुल्म, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राका घाउ, हाडको रोग, दम, खोकी, यौनक्षमता ह्रास, स्तनमा दूधको कमी,

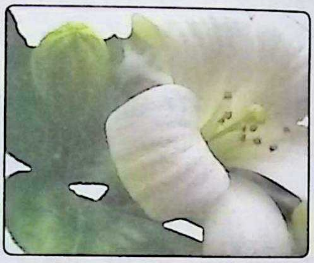
मासिकअधर्म, रजःवीर्यदोष, ढाड-कम्मर दर्द, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, रगतको कमी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा : साग ३०-१०० ग्राम,** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ५० अनि क्वाथ १०० मि.लि., लेपन-लगाउने लेदो २-३ पटक ।

### २३०३. चन्वली बैजनीफुल्ने, लहसुवा, कुंजर, Like a Amaranth Plant, *Digera muricata* (Family : Amaranthaceae)



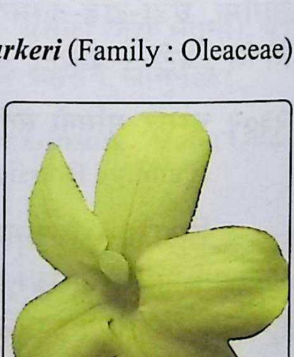
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो परेको, बालामा बैजनी फुल्ने, बीजहरू तेलीय हुन्छन्, जरा सेता-खैरा हुन्छन् । यसको साग र काँचै खाने प्रचलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, स्त्रीधर्मपालक, उदररोगनाशक, रज-वीर्यसुधारक, वातपोषक, तृप्तिकारक, निद्राजनक, व्रणरोपक, वातहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मूत्ररोग, रक्ताल्पता, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, कामला, ज्वर, अम्लपित्त, अर्श, आमवात, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, पेट पोल्ने, पक्षाघात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २३०४. चमेली सुन्तले केशर, कामिनी, कुन्ती, Murraya Plant, *Murraya paniculata* (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, १०-३० फिट अग्लो, झ्याडगिन्छ-हाँगाहरू फैलिन्छन्, पात चेप्टो दुवैतिर गएका, फूल सेतो वर्णको बास्नादार पहेँलो केशर, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, जरा । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तितो केही बास्नादर मीठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, वातहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पुष्टिकर, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुस्रावनियामक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, मेदहर, रक्तस्तम्भक, तनावहर, मूत्रल, ज्वरहर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप, रक्तविकार, मधुमेह, हैजा, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, ज्वर, दम, खोकी, श्वासरोग, पिनास, तनाव, मानसिक तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीजचूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २३०५. चमेली वामपुड्के, एकफिटे कान्छीचमेली, Dwarf Jasmine Plant, *Jasminum parkeri* (Family : Oleaceae)

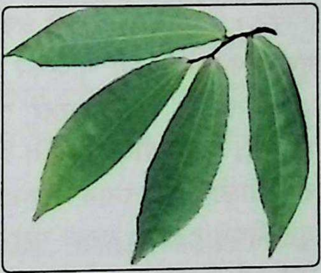


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदावहार, चेप्टो पात, एक फिट अग्लो लाम्चो वा फैलिने लहरो साना डाँठ, पात सानो अण्डाकार, फूल पाँचपत्रे सानो पहेँलो वर्णको नली भएको, अति बास्नादार, हरियो गोला फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपोषक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, रक्तशोधक, मेदहर, चर्मरोगहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मोटोपन, पत्थरी, कामला, आन्द्राको घाउ, मुखपाक, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, अर्श, रक्तविकार, रक्तपित्त, नेत्ररोग, जीर्णज्वर, लुतो, दादुरा, दुबी, दाद, कुष्ठ, उदरशूल, गानो, कपाल झर्ने, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, रस/काँढापानी १ गिलास, तेल १० र क्वाथ १०० तथा अर्क ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, वटी २-३ वटा २-३ पटक ।

### २३०६. चम्सुर साग, चन्द्रशुर, Pepper Wort, Garden Cress, *Lepidium sativum* (Family : Brassicaceae)

**चिनारी :** यो सदा-सर्वत्र सबै हावापानीमा ३००० मिटरसम्म पाइन्छ। यो चिसो र गरम हावापानीमा राम्रो खेती हुन्छ। यो एक फिट अग्लो, पात लाम्चो, सेतो फुल्ने, तेलीय गेडा चेप्टो रातो, चिफ्लो लाग्छ। स्वाद चम्सुर साग धेरै मीठो केही टर्रो र स्वभाव उष्ण-शामक। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वेदनाशामक, त्रिदोषशामक, विजातीयद्रव्य निष्कासक, बास्नादार, रक्तवृद्धिदायक, अग्निकारक, रुचिकर, पुष्टिकर, कफनाशक, वातहर, पित्तघ्न, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले चिसो, रुघा, खोकी ज्यान दुख्ने, जोर्नी दर्द, शरीर मर्केको, सन्धिशोथ, कुपोषण, रक्तरोग, हाड-ढाडको रोग, रजःवीर्यविकार, अर्श, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, प्रदर, खटिरा, सङ्ग्रहणी, गाँठा-गिर्खा, गुल्म, अतिश्रमको पीडा, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, कटिवात, मुसा, खटिरा, कुष्ठ, दाद, डन्डीफोर, दुबी इत्यादि सन्चो गराउँछ। प्राकृतिक मलजलद्वारा खेती गरी ताजा धोएको मसिनो पारी दाल वा खोलेमा अग्निबाट उतार्नेबेलामा मिसाइ दिनुपर्छ। **मात्रा :** आधा-एकमुटठी साग, रस/लेदो/बीजखीर ३०-५० ग्राम, तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी आधा-एक माना, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २३०७. चक्राणी, अपमा, अत्तरीलाल, Alpam Plant, Ding Hou, *Thottea siliquosa* (Family : Aristolochiaceae)

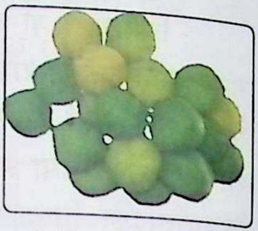


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ, यो ६-१० फिट अग्लो, पहेँलो बोक्रा, पात १०-१२ से.मि. चुच्चो लाम्चो, कलेजी रङको फूल, चोप निस्कन्छ र बास्ना आउँछ, कलेजी रङको गोला फलभित्र रातो तेलीयबीजहरू बीचमा सुनौलो गुदी हुन्छ। यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पुष्टिकर, वातहर, कफनिस्सारक, दर्दहर, व्रणरोपक, पेटको रोगमा लाभदायक, पत्थरीहर, बलकारक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, अग्निप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आउँ-पखाला, पित्तवृद्धि, ज्वर, घाउ-खटिरा, पेट पोल्ने, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्श, कटिवात, हाडको रोग, पत्थरी, उदरशूल, ढाड-कम्मर दर्द, हैजा, रक्तस्राव, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, चोप/भस्म १-३ ग्राम, फल १-३ वटा, काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, काँचो बीज १०-२० ग्राम, साग-तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### २३०८. चक्रमुनि, Star Gooseberry, Sweetleaf PLant, *Breynia androgyna* (Family : Phyllanthaceae)

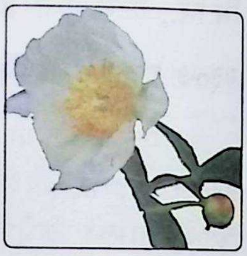
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ६-१० फिट अग्लो, पात लाम्चो गाढा हरियो डालीमा दुवैतिर गएका, रातो पुष्पमा केशर पहेँलो, गोला रसिलो फल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फूल, पात र फल। यसको स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो नेत्ररक्षक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पुष्टिकर, मूत्रल, रक्तदोषहर, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, व्रणरोपक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, मूत्ररोग, रक्तदोष, मासिकअधर्म, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, उदरशूल, अर्श, आँखाको कमजोरी, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, टुक्रा २-३ वटा ३-५ पटक।

**२३०९. चन्द्रजोत घिउरङ्को फुल्ने, चन्द्रज्योति, Moon Jatropha Plant, *Jatropha* sp.** (Family : Euphorbiaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ८-१५ फिट अग्लो, पात मांसल गोलाकार, दूधे, फूल घिउ रङको, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। यसको स्वाद टर्रो-पिरो-खिहिच्यानु र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातहर, कफनिस्सारक, शोथघ्न, मृदुरेचक, चर्मरोगहर, दन्तरक्षक, कृमिमारक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, कर्णरोगमा लाभदायक, मधुमेहहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्श, कान पाक्ने, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, कब्ज, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, खोकी, कफवृद्धि, दुबी, दाद, कुष्ठ, दादुरा, दाँतका विभिन्न रोग, गानो, पेटका कृमि, पेट दुख्ने, क्षयरोग, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** दूध ३-५ थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल ५-१० ग्राम, बीज १-२ वटा, अर्क ५० र तेल २-१० तथा क्वाथ १०० मि.लि. २-३ पटक।

**२३१०. चन्द्रायण सेतो, उदसालप, चन्द्र, मिदु, Himalayan Ponny Plant, Ood Slap Udsalap Plant, *Paeonia emodi*** (Family : Paeoniaceae)



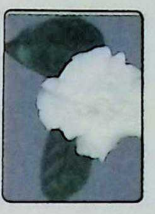
**चिनारी** : यो २०००-४५०० मिटरसम्मको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, गाजरसमान पात ठूलो-लाम्चो टुप्पो चुच्चो, रातो डाँठ, थुङ्गामा सेतो फुल्ने केशर पहेँलो, रातो वर्णको गोला फलभित्र तेलीयबीज, जरा बेलनाकार हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, गर्भाशयहितकारी, रेचक, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, रक्तविकारहर, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, गर्भाशयरोगहर, त्रिदोषशामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, मूत्रगत बिमारी, शारीरिक कमजोरी, मिर्गौला शिथिल, सुक्खा-दम-खोकी, उच्चतनाव, पित्तवृद्धि, मृगी-अपस्मार, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, रक्तदोष, पाठेघरको रोग, बुढौलीपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र जरास्वरससुई २-१० मि.लि., जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

**२३११. चन्द्रायण गुलाबी फुल्ने, गुलाबी उदसालप, रक्तचन्द्र, लालभिदु, Red Oad Salap Plant, Himalayan Red Ponny**

**चिनारी** : यो २०००-४५००० मिटरको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, गाजरसमान पात गुलाबी वर्णको ठूलो चुच्चो, थुङ्गामा गुलाबी रङको फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू, जरा लामा बेलनाकार हुन्छन्। **प्रयोग हुने मुख्य अङ्ग** : जरा। स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, अस्थिरक्षक, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, वेदनानाशक, गर्भपोषक, बलकारक, अतिश्रमको पीडाहर, पित्तनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, आमवात, कटिवात, अतिश्रमको पीडा, धातुस्राव, अधिक महिनावारी, प्रदर, पित्तवृद्धि, गर्भाशयको रोग, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, अर्क ५० र स्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक।

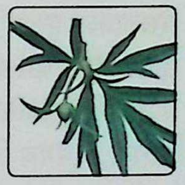
**२३१२. चन्द्रमा बुटो, सुगन्धा, गोंदतगर, अनन्ता, चाँदनी, Moon Beam Plant, *Tabernaemontana coronaria*** (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा सर्वत्र पाइन्छ। यो ५-१० फिट अग्लो, सदा हराभरा, सेतो बास्नादार फुल्ने, चेप्टो पात, धेरै हाँगाबिँगाहरू, फलभित्र ५-७ तेलीयबीज रक्ताभ-रातो, सधैँ फुलिरहने



र फलिरहने हुन्छ। यो ५ पंखा भएको र २ पंखा भएको फूल २ प्रकारको थुङ्गामा फुल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, काण्ड, फूल, बीज, चोप । यो शीतल स्वभाव र स्वाद नमिठो तीतो हुन्छ। यसको सुगन्धदायक फूलपूर्ण चन्द्रमाझैँ आनन्द आभास हुन्छ र हाँगा काटेर सार्छन । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कृमिघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रक्तचापघटाउ, यौन तथा चर्मरोगमा लाभदायक, नेत्ररक्षक, उदर उपयोगी मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, रक्तदोष, मासिक घटबढ, पेटका कृमि, यौनरोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, पेटको रोग, रक्तचाप, रक्तपित्त, दाद, लुत्तो, दादुरा, घाउ-खटिरा, आँखाको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फूल अत्तर १-१० थोपा, फूल/चूर्ण ३-५ ग्राम, पत्र-पुष्परससुई/लेदो २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरा, चूर्ण २-३ ग्राम, भस्म चौथाइग्राम २-३ पटक।

**२३१३. चन्द्रायण ठूलो, उदसालप, चन्द्र, मिदु, Himalayan Ponny, Big Ood Slap Plant,** ***Paeonia emodi***
(Family : Paeoniaceae)



**चिनारी** : यो २०००-४५०० मिटरसम्मको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, गाजरसमान संयुक्तपात ठूलो-लाम्चो टुप्पो चुच्चो, रातो डाँठ, थुङ्गामा सेतो फुल्ने केशर पहेँलो रातोवर्णको गोला फलभित्र तेलीयबीज, जरा बेलनाकार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, गर्भाशयहितकारी, मृदुरेचक, पत्थरीहर, हृदय हितकारी, रक्तविकारहर, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, गर्भाशयरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, मूत्रगत बिमारी, शारीरिक कमजोरी, मिर्गौला शिथिल, सुक्खा-दम-खोकी, उच्चतनाव, पित्तवृद्धि, मृगी-अपस्मार, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, रगतको कमी, रक्तदोष, पाठेघरको रोग, बुढौलीपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र जरा स्वरससुई २-१० मि.लि., जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**२३१४. चन्द्रायण रातो फुल्ने, गुलाबी उदसालप, रक्तचन्द्र, लालभिदु, Red Oad Salap, Himalayan Red Ponny**

**चिनारी** : यो २०००-४५००० मिटरको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो २-३ फिट अग्लो, गाजरसमान पात गुलाबीवर्णको ठूलो आयाताकार चुच्चो, थुङ्गामा रातो रङको फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा लामा बेलनाकार हुन्छन् । प्रयोग हुने मुख्य अङ्ग : जरा । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मीठो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, पुष्टिकर, अस्थिरक्षक, वातव्याधिहर, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, वेदनानाशक, गर्भपोषक, बलकारक, अतिश्रमको पीडाहर, पित्तनाशक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, शारीरिक कमजोरी, हाडको रोग, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, आमवात, कटिवात, अतिश्रमको पीडा, धातुस्राव, अधिक महिनावारी, प्रदर, पित्तवृद्धि, गर्भाशयको रोग, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-७ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी १-३ वटा, स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२३१५. चन्चली, लाटीमौरी, लटमहुरिया, गुगुटिया, लट्टुर, कुणंजी, Cottonweed,** ***Digera arvensis***
(Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल बालामा प्याजी रङको फुल्छ, पुष्प छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू पाक्छन्, जरा र डाँठ रातो हुन्छ। यो चौलाइसमान पात हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको साग स्वभाव शीतल हुन्छ र बीज गरम हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर,

पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मृदुरेचक, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, ऋतुधर्मनियामक, अस्थिपोषक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, मासिकअधर्म, प्रदर, विषप्रभाव, पक्षाघात, हाडको रोग, ढाड दुख्ने, रजःवीर्यदोष, घाउ-खटिरा, उदररोग, रक्ताल्पता, मूत्ररोग, कफग्रस्त दम-खोकी, कब्ज, अर्श, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, बीज ५-१० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, साग २०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

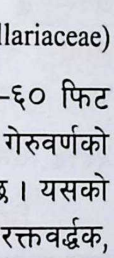
**२३१६. चन्द्रेनी नीलो, उदसालप, नीररत्न, Blue Ponny Jewel, Mountain Udsalap, *Paeonia suffruticosa*** (Family : Paeoniaceae)

**चिनारी :** यो २000-४५०० मिटरसम्मको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, संयुक्त पात त्रिशूल आकार, हल्का रातो डाँठ, थुङ्गामा नीलो फुल्ने केशर रातोवर्णको, गोला फलभित्र तेलीयबीज, जरा बेलनाकार हुन्छन् । यो २ वर्षमा फल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** जरा, बीज, फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, गर्भाशयपोषक, मृदुरेचक, पत्थरीहर, हृदय हितकारी, रक्तविकारहर, रजःवीर्यसुधारक, पित्तनाशक, गर्भाशयरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, मूत्रगत बिमारी, शारीरिक कमजोरी, मिर्गौला शिथिल, सुक्खा-दम-खोकी, उच्चतनाव, पित्तवृद्धि, मृगी-अपस्मार, मूत्रकृच्छ्र, रगतको कमी, रक्तदोष, पाठेघरको रोग, बुढौलीपन, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र जरा स्वरससुई २-१० मि.लि., जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

**२३१७. चन्द्र वन, वनचाँद, Whip Vine, Hell Tail Plant, Bush Cane, *Flagellaria indica*** (Family : Flagellariaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ४०-६० फिट लाम्चो फैलिने विशाल लहरो, पात १ फिट लाम्चो भालाकार, फूल सेतो फुल्ने, फल गोला गेरुवर्णको भित्ररस र एक तेलीयबीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको साग खाने प्रचलन छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद गुलियो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, वेदनानाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, व्रणरोपक, सन्तानदायक, कफनिस्सारक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रगतको कमी, घाउ-खटिरा, रक्तदोष, रजःवीर्यदोष, पेट पोल्ने, बाँझोपन, दम खोकी, अङ्गशोथ, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तप्रकोप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** घनसत्वसार १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा ३-५ पटक ।

**२३१८. चक्की हली, आमिलघाँस, जाँतेअल्मडो, Duck Plant, *Rumex hastatus*** (Family : Polygonaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-१५ डिग्री सेन्टीग्रेड तापक्रमको ढुङ्ग्यान क्षारीय माटोमा राम्रो सप्रन्छ । यो सधैं हिउँद/वर्षा जुनकुनै ऋतुमा मिल्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो, कलिलो मुनामा पात रत्छायाँ, रातो बालामा फुल्ने, तेलीयबीजहरू, जरा जाँतोसमान हुन्छन् । स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात र डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म :** पाचक, रुचिकारक, च्यालरस वृद्धिदायक, नेत्रज्योतिरक्षक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निकारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप, अधिक मासिकश्राव, मुटुको कडापन, अपच, अरुचि, शारीरिक गर्मी, विषादि असर, पित्तको

आउँ-पखाला, घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : रस/साग ३०-१०० ग्राम, धूलो ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, पात/डाँठ चुस्ने ३-५ पटक ।

### २३१९. चनाखार, चणकक्षार, Chick Pea Salt Plant

**चिनारी** : चना उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । माघ-फागुन महिनामा खस्रो सुतीको मोटो कपडा लिएर एकाबिहानै ओस परिरहेको समयमा चनालाई छुँदै-चलाउँदै फेरि भाँडोमा निचोर्दै भाँडामा संकलन गरिन्छ । ओस-शीतसँग चनाको चोपिलो रस-कस कपडामा लाग्छ । तातोपानीमा चोपलेर कपडालाई पानीले धोएर त्यस पानीलाई पकाई सुकाउने तब पिँधमा रहेको क्षारलाई चनाखार भनिन्छ । यो तेज नमकिन लाग्छ र यसको स्वभाव ठण्डक हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पत्थरीहर, पित्तनाशक, मूत्रल, मेदहर, कुष्ठघ्न, विजातीयद्रव्य निष्काशक, गलाशुद्धिकर, मृदुरेचक, अर्शोघ्न, विषघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, अर्बुद, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, कुष्ठ, दाद, श्वेतकुष्ठ, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, हैजा, विषप्रभाव, पीडा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, रक्तस्राव, कमलपित्त इत्यादि सन्चो गराउँछ । पाक्ने बेलाको चनाका बोटलाई जरैसमेत धोएर हावामा सुकाएर सेतो खरानी बनाई पानीमा घोली तैरिएको कन्चन सेतो जललाई पकाएर सुकाई अग्निबाट निकाली सुरक्षित राखी चाहिएको बेलामा उपयोग गरिन्छ । **मात्रा** : चौथाइ-आधा ग्राम क्षार, पातलो लेदो/खोटो/सुई ३-५ मि.लि. १-२ पटक ।

### २३२०. चमेली चकमके, जाती, तैलबासिनी, जोस्वाँ, Jasmine Flower, *Jasminum officinale* (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने लता हो । यो ३०-१०० फिट लामो लहरो, पातहरू अगाडि फर्केका चेप्टो, कोपिला रातो भएर चम्किलो सेतो फुल्ने अति बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पत्र-पुष्पम । स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, रक्तशोधक, वातपित्तनाशक, रक्तविकारहर, दन्तरक्षक, चर्मरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, कृमिमारक, अर्बुदहर, मेदहर, कफघ्न, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मुखपाक, अर्श, आमवात, वातरक्त, विषविकार, कुष्ठ, दाद, पेटका जुका, खोकी, पिनास, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, घाउ-खटिरा, दुबी, मोटोपन, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क/रस १०-२० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अत्तर ३-५ थोपा, फूल १/१ वटा, पात १/१ वटा, अर्क ३० २-३ पटक ।

### २३२१. चमेली सुनौलो फुल्ने, स्वर्णचमेली, Golden Jasmine Plant, *Jasminum humile* (Family : Oleaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण, समशीतोष्ण तथा शीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल लता, पात चेप्टो, हाँगाहरू धेरै, सुनौलो फुल्ने सुगन्धदायक पुष्प हुन्छन् । यो बहुवर्षीय लहरा हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र फूल । यसको स्वभाव उष्ण, स्वाद टर्रो-मिठो र अत्तर कटु हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो विषघ्न, कफघ्न, पित्तनाशक, पित्तज्वरहर, अर्बुदहर, मेदहर, व्रणरोपक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तदोषहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, रक्तदोष, मोटोपन, अर्श, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, अम्लपित्त, खोकी, पिनास, घाउ-खटिरा, गाँठागुठी, पत्थरी, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात इत्यादि सन्चो गर्छ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क २० क्वाथ ५० मि.लि., फूल १/१ वटा, पात १/१ वटा, अत्तर ३-५ थोपा, भस्म आधा-एक ग्राम २-३ पटक ।

### २३२२. चव्य विशाललता, बृहत्चव्यफला, च्यवन, टाघनी, Big Cubeb Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १०० वर्ष उमेरको ५ फिट गोलाई, १००-३०० फिट विशाल फैलिएको लहरा हुन्छ। यो लता दृढ मांसल, उपजरा तान्ने रेसाले डोऱ्याउँछ-फैलिन्छ, डाँठमा शूक्ष्मधर्का, लामा पात टुप्पो चुच्चो, पुष्पमञ्जरी लाम्चो, फल १-३ इन्च लाम्चो अण्डाकार गेरु-रातो वर्णको, तेलीय बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद कटु-परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, अग्निकारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, वातव्याधिहर, दुर्गन्धहर, गला-घाँटी शुद्धिकर, शोथघ्न, वेदनानाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले शोथ, अरुचि-अपच, मन्दाग्नि, ठन्डीशूल, चिसो गानो, सुन्निएको, श्वास गन्हाउने, पेट डम्म-ढुस्स, उदररोग, कफवृद्धि, रुघा, पिनास, खोकी, कफग्रस्त दम, नाक नखुल्ने, गृध्रसी, जोर्नीवाथ, धनुर्वात, क्षय, कटिवात, इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र क्वाथ ५० तथा अर्क २० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, अत्तर ५-१० थोपा, फल १-२ वटा, फूल १ वटा, पात १-३ वटा ३-५ पटक।

### २३२३. चरीअमिलो टर्रो, खटुरा, दुन अम्बुशी, Astringent Taste, Sorrel Plant, *Oxalis dehradunensis* (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, कोसामा मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन्। स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, शीतज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, हृदयहितकारी, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, ज्वर, काश, मासिकविकार, मूत्ररोग, अर्श, पेट पोल्ने, आन्द्राका घाउ-खटिरा, उदरशूल, गाँठा-गिर्खा, मुटुको कडापन, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### २३२४. चरीअमिलो उज्ज्वर, त्रिकोणाकार चाङ्गेरी, Oxalis Triangularis Plant, *Oxalis* sp. (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-७ अङ्गुल उँचो, पात त्रिकोणाकार त्रिपत्री, सेतो वर्णको उज्ज्वर फूल सेतै फूल्ने र कोसामा फलभित्र मसिना तेलीयदानाहरू, जरामा गानो हुन्छ। यसको स्वाद अमिलो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, अग्निवर्द्धक, उदररोगमा फाइदाजनक, हृदयहितकारी, पाचक, नेत्रशक्तिदायक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दाँत कुडिने, पित्तरोग, आँखाको रोग, मूत्रकृच्छ्र, हृदयरोग, सङ्ग्रहणी, उदरजलन, अर्श, अपच-अजीर्ण, अरुचि, आँखाको कमजोरी, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, साग २०-५० ग्राम, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### २३२५. चरीअमिलो मुस्काइलो, चाङ्गेरी लालीपनयुक्त, Oxalis Fanny Plant, *Oxalis triangularis* (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। पात हरियो र फूल हल्का रातो केही सेतो, कोसामा फलभित्र मसिना तेलीयदानाहरू लाग्छन्। यो १५-२० से.मि. अग्लो, जरामा गानो हुन्छ। यसको स्वाद

अमिलो, केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, अग्निकारक, अर्शोघ्न, नेत्रशक्तिदायक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदरजलनमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, मूत्ररोग, आँखाको कमजोरी, हृदयरोग, मन्दाग्नि, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेट पोल्ने, रक्तस्राव, हैजा, अपच, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, बीज १-२ ग्राम, चटनी ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २३२६. चरीअमिलो सेतो फुल्ने, श्वेतचाङ्गेरी, Oxalis Triangularis Pure White Flower Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो हरितवर्णको, त्रिपक-तीनपाते पात, सेतो फुल्ने, कोसामा फलभित्र स-साना तेलीयबीजहरू, जरामा गानो, ५-१२ अङ्गुल उचो हुन्छ । यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अर्शोघ्न, रक्तरोगहर, हैजा/रक्तस्रावनियन्त्रक, अग्निकारक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तरोग, ज्वर, आँखा कमजोरी, मुटुको कडापन, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, अर्श, हैजा, रक्तस्राव, अरुचि, पत्थरी, मुख सुक्ने, कामला, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, सङ्ग्रहणी, मुख-जिब्रोको बिबिरा, नेत्ररोग, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., वटी २-३ वटा, बीज १-२ ग्राम, चटनी-अचार ३-५ ग्राम, साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३२७. चरीअमिलो कलेजी, Purple False Shamrock, Oxalis Triangularis Sunny Plant

**चिनारी** : यो गरम हावापानीमा पाइन्छ । यो कलेजी-रातो पाते, तीनपाते त्रिकोणाकार पात, फूल सेतो, कोसामा फलभित्र मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, अग्निवर्द्धक, पाचनसंस्थान उपयोगी, हैजा/रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न, व्रणरोपक, स्मृतिदायक, ज्वरनिवारक, स्त्रीधर्मपालक, नेत्ररक्षक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मन्दाग्नि, हैजा, रक्तस्राव, ज्वर, मासिकअधर्म, प्रदर, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, मुख-घाँटी सुक्ने, अर्श, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, नेत्ररोग, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, चटनी ३-५ ग्राम, साग-तरकारी २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २३२८. चरीअमिलो सुनौलो चारपाते भाँचिएको, चाङ्गेरी बाँके, अष्ठवक्र चाङ्गेरी, Yellow Sorrel Plant, *Oxalis lobata*

(Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १२० सेन्टिग्रेड तापक्रममा राम्रो उत्पादन हुन्छ। यो ४ पात भएको केन्द्रमा रातो दुईभागमा भाँचिएको, आधा-एक फिट अग्लो, सुनौलो फुल्ने, लाम्चो फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू, जरामा रातो लाम्चो गानो, बोकेफूलसमान पात हुन्छ। स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, अर्बुदहर, व्रणसुधारक, हृदयहितकारी, शीतकारक, स्त्रीधर्मपालक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, पत्थरी, मूत्ररोग, मासिकअधर्म, प्रदर, मुटुरोग, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चटनी/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३२९. चरीअमिलो पहेँलो चौपाते, चरीअमिलो बोकेफूलपाते, Iron Cross Leaves Plant, *Oxalis tetraphylla*
(Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो संयुक्त चारपाते बीचमा भाँचिएको बीचमा कालो, आधा-एक फिट अग्लो, फूल पाँचपत्रे रातो केशर सुनौलो पुष्पदण्डमा कोसामा फलभित्र मसिना तेलीयबीजहरू, जरामा गानो हुन्छ। यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, पेटको रोगमा लाभदायक, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, गर्मीज्वर निवारक, अर्बुदहर, स्मृतिदायक, पाचक, नेत्रज्योति वृद्धिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयाघात, पित्तरोग, हृदय कडा हुने रोग, उदरशूल, घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, अजीर्ण, हैजा, स्मृतिह्रास, मन्दाग्नि, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो २-५ ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३३०. चरीअमिलो भाँचिएको तीनकुने रातो, रक्तत्रिकोणाकार चाङ्गेरी, Oxalis Violet Plant, *Oxalis violacea*
(Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो तीनपाते संयुक्त भाँचिएको त्रिकोणाकार, फूल पञ्चपत्रक रातोपन लिएको वनफशा रङको केशर सुनौलो, ५-७ अङ्गुल अग्लो, जरामा गानो, फल अण्डाकारभित्र मसिना तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद अम्लीय र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, अग्निवर्द्धक, पत्थरीहर, व्रणसुधारक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, तृप्तिकारक, उदररोगमा लाभदायक, मृदुरेचक, रुचिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अपच, मन्दाग्नि, अर्श, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, चर्मरोग, मूत्ररोग, गाँठा, आन्द्रा सुक्खापन, ग्यास्ट्रिक, कलेजोरोग, मलावरोध, हैजा, रक्तस्राव, हैजा, दाँत कुँडिनु इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र अर्क ५० मि.लि., काँढापानी १ माना, चटनी/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३३१. चरीअमिलो लहरे, अम्रुल, यन्सिल, Creeping-Oxalis Creeping Wood Sorrel, *Oxalis corniculata*
(Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो त्रिपत्रक पात संयुक्त माझमा भाँचिएको, पुष्प पञ्चपत्रक सुनौलो, तेलीय बीजहरू, यो धेरै लहरिन्छ, फैलिन्छ । यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, नेत्रशक्तिप्रदायक, व्रणरोपक, पत्थरीहर, स्मृतिदायक, ज्वरनाशक, अग्निकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, अरुचि, अपच, नेत्ररोग, आँखा कमजोरी, मन्दाग्नि, रक्तपित्त, कामला, अम्लपित्त, रक्तार्श, पेट पोल्ने, पत्थरी, ज्वर, रक्तस्राव, हैजा, स्मृतिह्रास इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/चटनी ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२३३२. चरीअमिलो रातो, रक्तचङ्गेरी, Oxalis Yed Woodsorrel, *Oxalis rubra*** (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सानो भारको हाँगा हुँदैन, पात जमिनबाट माथि उठछ, तीनपाते हृदयाकार, फूल हल्का रातो पाँचपत्रे, कोसामा मसिना तेलीयबीज लाग्छन्, जरामा सानो गानो हुन्छ । स्वाद अमिलो, केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, मूत्रल, नेत्रशक्तिप्रदायक, स्त्रीधर्मपालक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, गर्मी-पित्तज्वर निवारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्रशक्ति बढाउने, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, रक्तपित्त, कामला, मन्दाग्नि, अर्श, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तस्राव, हैजा, अपच, अरुचि, प्रमेह, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी २०-३० ग्राम, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/चटनी ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

**२३३३. चरीअमिलो दूधसेतो, श्वेतचाङ्गेरी, Climbing Oxalis Plant, Flesh Coloured Oxalis, *Oxalis incarnata*** (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, संयुक्त तीनपत्रे बीचमा भाँचिएको, फूल दूधे सेतो, कोसामा फलभित्र मसिना तेलीयदानाहरू, जरामा गानो हुन्छ । यसको स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, पाचक, नेत्ररक्षक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, पत्थरी, आँखारोग, हैजा, रक्तस्राव, हृदयरोग, मूत्रकृच्छ्र, उदरजलन, घाउ-खटिरा, अर्श हुदयाघात, भोक नलाग्ने, धेरै मासिकश्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., लेदो/चूर्ण/चटनी ५-१० ग्राम, साग-तरकारी रस १०-२० ग्राम, काँढापानी १ माना, जरा/बीज वटी १-३ वटा २-३ पटक ।

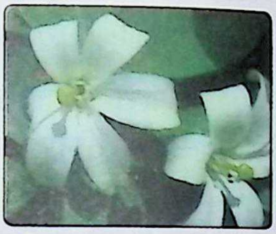
**२३३४. चरीअमिलो हिमाली, चाङ्गेरी हिमक्षेत्रको, Mountain Sorrel Plant, *Oxalis montana*** (Family : Oxalidaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीमा हिमालयको नजिक पाइन्छ। यो संयुक्त त्रिपत्रक माभमा भाँचिएकोभैं धर्को, सेतो घ्यूरङको फूलभित्र गोलाकार रातो धर्सो र पहेंलो केशर भएको, कोसामा फलभित्र स-साना धेरै तेलीयदानाहरू, जरामा गानो, ५-७ अङ्गुल उचो हुन्छ। यसको स्वाद अमिलो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, हृदयहितकारी, मूत्रल, नेत्रशक्तिवृद्धिदायक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, अग्निवर्द्धक, पित्तज्वर निवारक, पत्थरीहर, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले नेत्ररोग, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, ज्वर, आँखा कमजोरी, पत्थरी, घाउ-खटिरा, अर्बद, गाँठा-गिर्खा, मन्दाग्नि, अजीर्ण, हैजा, रक्तस्राव, अर्श, रक्ताल्पता, पेट पोल्ने, उदरशूल, डन्डीफोर, जिब्रो-मुखका बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/स्वरस ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., चटनी ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २३३५. चरी सुनाखरी, चरीसुनगाभा, Bird Orchid Plant, *Coelogyne cristata* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीका २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो दुर्लभ, पुराना रूखहरूमा सुनाखरी मिल्छ। यो पात १५-३० से.मि. लाम्चो भालाकार, फूल सेतोमा केशर पहेँलो, जरा हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बृक्कपुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्धक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगौला शिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस २० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २३३६. चमेली सुन्तले बास्नाको, गन्धिनी सुन्तले, Orange Jasmine Plant, *Murraya paniculta* (Family : Rutaceae)



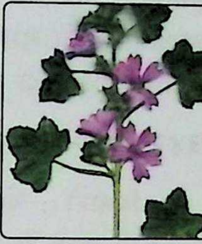
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, यो ८-१२ फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, सुन्तलाको वास्ना आउने, पात चेप्टो, गाढा हरियो, अण्डाकार-गोला हरियो पाकेपछि रातो फलभित्र सेतो भुसे तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वाद मिठो-परपराउने सुन्तले बास्नादार र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो शौन्दर्यवर्द्धक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, जलशोषक, कृमिमारक, उदररोगमा लाभदायक, मेदहर, रक्तशोधक, दन्तरक्षक, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले बिग्रेको छाला, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जलोदर, मोटोपन, ज्वर, जलशोथ, अतिसार, प्रवाहिका, दन्तशूल, अर्श, पेटका जुका, कलेजोरोग, छालाको रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-५ थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ४० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., पात/फूल १-२ वटा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २३३७. चम्पा हरियो चाँपो हरियो, हरितचम्पक, Climbing Lang-Lang Plant, *Artabotrys hexapetalus* (Family : Annonaceae)

**चिनारी :** यो ३५०० मिटरसम्ममा सर्वत्र पाइन्छ । यो जहाँ पनि सर्छ, बढ्छ । यो विशालवृक्ष, लाम्चो पात चुच्चो गाढा हरियो, कालो बोक्रा-काण्डको रङ, फूल सुनौलो थुँगामा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो केही टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मेदहर, उदररोगमा लाभदायक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, यौनरोगहर, कफनिस्सारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, अतिसार, प्रवाहिका, शूल, वातरक्त, शोथ, चर्मरोग, ज्वर, यौनरोग, अर्श, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, क्षयरोग, जलोदर, सङ्ग्रहणी, गानो, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** पुष्पअत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथाक्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, बीज/फूल/पात १ वटा, वटी १-२ वटा, चोप/भस्म/खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३३८. चङ्गेल, कङ्गई, खुब्बाजी, Cheese Cake Plant, *Malva sylvestris* (Family : Malvaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा र गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षायु ३-५ फिट लाम्चो जमिनमा फैलिन्छ, पात गोला, बैजनी वर्णको फूल, जड पहेँलो, बीज तेलीय हुन्छन् । यसको पात मिठो र बीज मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, पत्थरीहर, मृदुकारी, सारक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, नसारोग, दम, खोकी, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, प्रवाहिका, मूत्रकृच्छ्र, पूयमेह, ज्वर, फोक्सोविकार, आन्द्रारोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ५-१० ग्राम, पात काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि.३-५ पटक ।

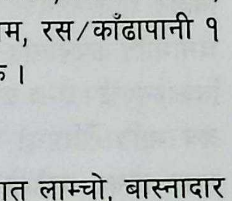
### २३३९. चङ्गेल सानोझार, खुब्बाजी, कङ्गई, Cheese Cake Plant, Low Mallow, *Malva pusilla* (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १०-१५ से.मि. अग्लो, सूर्याभिमुखी फूल पहेँलो, तेलीय बीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । पात पन्जाकार, ३-५ फिट लाम्चो जमिनमा फैलिन्छ, फूल सेतो फुल्छ, गोलाकार फलभित्र १३-१५ तेलीय बीज हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, अग्निकारक, मृदुकर, शोथघ्न, दर्दनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, नसारोग, दम, खोकी, अण्डकोशवृद्धि, आमवात, स्तन झोल्लिने, श्वासावरोध, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ३० र क्वाथ ५० तथा तेल १० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २३४०. चक्राता मखमली, Chakrata Makhamali Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसको फूल प्याजी, पात लाम्चो, बास्नादार हुन्छ । यो शोभनीय फूल सदा हराभरा रहने, बालामा मखमलीफूल गर्मीमा २ र पहाडमा १ पटक फुल्छ । यसको स्वाद परपराउने केही मिठो-हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, श्वासरोगहर, मेदहर, अर्शोघ्न, वातहर, दर्दनाशक, चर्मरोगहर, यौनरोगहर, रक्तशोधक, शोथघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, खोकी, दम, पिनास, चिसो-रुघा, चर्मरोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, यौनरोग, रक्तदोष, अर्श, मोटोपन, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, पात/फूल १ वटा ३-५ पटक ।

### २३४१. चट्टानी सुनाखरी, पत्थरीसुनगाभा, Rock Orchid Plant, *Coelogyne ovalis* (Family : Orchidaceae)



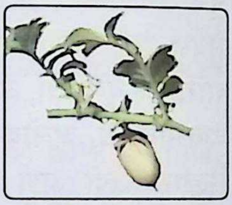
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो दुर्लभ, चट्टानमा सुनाखरी मिल्छ । यो १४-२२ से.मि. अग्लो, पात ८-१५ से.मि. लाम्चो भालाकार, काण्ड खैरो, पंक्षीसमान फूल पहेँलोमाभित्र रातो केशर वा पहेँलो, धेरै जरा हुन्छन् । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मृगौला पुष्टिकर, मूत्रल, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, वेदनानाशक, अस्थिपोषक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्धक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, रक्तरोगहर, आयुर्वर्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता,

कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मृगौलाशिथिल र सुक्ने, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, सन्धिशोथ, कटिवात, उदरशूल, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको फूल दैनिक २-३ हप्ता खाँदा समस्त रोगको अमृत भनिन्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस २० र तेल १० मि.लि., वटी ३-५ वटा, ताजा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक।

### २३४२. चन्द्रमूल, जुनजरा, Moon Root, Whitist Moon Root Plant

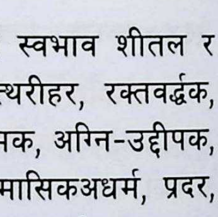
**चिनारी** : यो ३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो चन्द्रमासमान उज्जर सेतो जरा घुम्छ, गोलाकार बन्छ। यो आधा फिट उचो हुन्छ। गुलाबी सफेद फूल, तेलीयबीजहरू, जरा सेतो, मुसलीको तरहका पातहरू हुन्छन्। स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधरक, बलवर्द्धक, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, दर्दहर, आयुर्वर्द्धक, स्त्रीधर्मपालक, जीवनीयतत्त्वरक्षक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, मूत्ररोग, रक्ताल्पता, रजःवीर्यसुधारक, शारीरिक दुर्बलता, हाडको रोग, ढाड-कम्मर दर्द, नसावात, बुढौलीपन, धातुरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, कुपोषण, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २३४३. चनाअमिलो, चणकाम्ल (Chanako amilo), Chickpeas Sour Paste Best Medicine



**चिनारी**: यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो मंसिर-माघ महिनामा जब चनाको क्षूप अम्लयुक्त हुन्छन्, तब मलमलको सेतो कपडा लिएर प्रतिदिन बिहानै शीत-ओसको बुंदबुदसँग चनामा धेरैपटक रगडदै कपडा सुकाउनुपर्छ। प्रातःकाल चनामाथि कपडालाई तर गरी एकमाससम्म कपडा पानीमा खुब मलेर उसबाट अम्लपदार्थ निकाल्नुपर्छ। ५-७ घण्टा स्थिर छोडी माथिको पानी राखी तल जमेको पदार्थ सुकाउनुस। अब माथि तैरिएको पानीलाई पकाई सुकेको र पहिलेको पींधको दुवै सुरक्षित राख्नुस। स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का अमीलो-मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो स्वादिष्ठ, रुचिकारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, त्रिदोषशामक, रक्तशोधक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, तृप्तिकारक, नेत्ररोगहर, अर्बुदहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुक्खादम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, पागलपन, मृगी, अपस्मार, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, धातुरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, धातुस्राव, रजवीर्यदोष, शरीरको कडापन, रक्तविकार, पत्थरी, हरेक प्रकारका नेत्ररोग, अजीर्ण, बच्चाको आमातिसार, अग्निमन्द, कब्जियत, कष्टार्तव, लु हावा चल्दा इत्यादि सन्चो गराउँछ। विषाणु प्राणीले टोक्ने-डस्नेमा र मुटुको गति तेज बढ्नेमा तत्काल उपकार गर्छ। यसमा ओक्स्जालिक, मेलिक र एसेटिक (Oxalic, Malic and Acetic) अम्लद्रव्य मिल्छन्। **मात्रा** : कपडाबाट निकाल्दैको रसपानी १०० मि.लि., भस्म/क्षार १-३ रत्ती ३-५ पटक।

### २३४४. चरीअमिलो सातपाते बैजनीवर्णको, अम्रूल अष्ठपत्रक, Wood Sorrel Pink Plant, *Oxalis magnifica* (Family : Oxalidaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो वर्षायु, पात सात पत्रे, बैजनी वर्णको फुल्ने, बीजहरू मसिना तेलीय हुन्छन्, पुष्पदण्डमा, पात संयुक्त लाम्चो आठपत्रे हुन्छ, जरा गानाका रूपमा आउँछन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अमिलो-मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो

पित्तनाशक, मूत्रल, पत्थरीहर, नेत्रशक्तिदायक, पाचक, अग्निकारक, मृदुरेचक, तृप्तिकारक, स्वादिष्ठ, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तप्रकोप, मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, नेत्ररोग, रक्तपित्त, कामला, अरुचि, अजीर्ण, पाचक, मन्दाग्नि, अर्श, कब्ज, पेट पोल्ने, उदरशूल, रतन्धो, आँखाको सुख्खापन, टाढा नदेखिने, दाँत कुँडिएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चटनी/लेदो ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, चूर्ण ३-१० ग्राम, साग २०-५० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० मि.लि., गानो उसिनेको ५-२० ग्राम ३-५ पटक ।

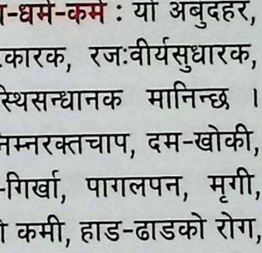
### २३४५.चरचरे ठूलो चेप्टो ठूलो पाते, चरचऱ्या, Big Charchare Creeper Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो विशाल लता ५०-१०० फिट विशालक्षेत्रमा फैलिने, पतझर, हरियो फुल्ने, गोला तेलीयगेडा लाग्छ र पाक्छ । यो चरचरऱ्याउँछ र केही तितो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अर्बुदहर, चर्मरोगहर, यौनरोगहर, व्रणरोपक, कुष्ठघ्न, अर्शोघ्न, मेदहर, कृमिमारक, केशशक्तिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले लुत्तो, जनैखटिरा, दादुरा, दुबी, अर्श, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, चर्मअर्बुद, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पेटका कृमिरोग, टाउकोको जुम्रा-लिखा-चाया, कपाल झर्ने-छिटो फुल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, चूर्ण १-३ ग्राम २-३ पटक । बाफ लिने, पिसेर लेपन गर्ने, बीजतेल मालिस गर्ने, रस लगाउने र सेक्ने गर्नुपर्छ ।

### २३४६.चाल्नेच्याउ, गुयलोच्याउ, भोस्याममुगान, Gunyalo Mushroom, Chalne Fungus

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो वैशाख-असोजतिर वर्षादमा सुकेको ठूटोमा मिल्छ । यो चाल्नुको छिद्रसमान स-साना प्वालहरू भएका सेतो वर्णको हुन्छ । **प्रयोग हुने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाए पछि अति स्वादिलो मीठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्नि-उद्दीपक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कटिवात, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, हृदयाघात, रक्तविकार, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको-ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रजःवीर्यदोष, शरीरको कडापन, अर्बुदरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, साग/दाल/तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३४७.चाल्टा, करमल, अक्षिकीफल, Elephant Apple Tree, *Dillenia pentagyna* (Family :Dilleniaceae)



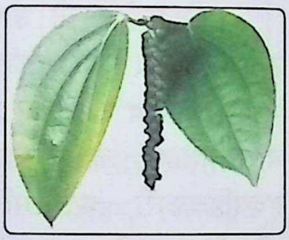
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फराकिलो, पहेँलो फुल्ने, गोलाकार पहेँलो फलभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो, हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो व्रणरोपक, वातहर, कफनिस्सारक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, रक्तशोधक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न, क्षयरोग र श्वासरोगमा उपयोगी, मूत्रल मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, घाउ-खटिरा, मधुमेह, क्षयरोग, श्वासरोग, रक्तदोष, पित्तवृद्धि, ज्वर, अर्श, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, जलोदर, कफवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २३४८. चाम्रेच्याउ, कडाच्याउ, Ediable Hard Mushroom

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो सुक्खास्थानमा वर्षादको लाम्चो झरी बादलताका घना वनहरूमा उम्रन्छ । यो छातासमान दुरुस्तै हुन्छन् । यो पकाउँदा पाक्दैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पेटको रोगमा लाभदायक, पोषक, मृदुरेचक, मूत्रल, सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, अर्शोघ्न, शोथघ्न, रक्तविकारहर, आन्द्रा रोगमा फाइदाकर, बलकारी, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **ओखती उपयोग :** यसले उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, कमलपित्त, मूत्रकृच्छ्र, दुब्लो, कुपोषण, रक्तश्राव, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ वटा, रस/लेदो ५-१० ग्राम, पकाएको तरकारी रस २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २३४९. चाबो, पिप्पली, चव्य, Ediable Hill Piper Plant, *Piper* sp. (Family : Piperaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट लामो लहरो, चेप्टो पात, फूल हरियो-पहेँलो, हरियो छिप्पिए पछि कालो फल चेप्टो वा गोला पाकेपछि स-साना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद परपराउँछ, पीरो हल्का टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, जलशोषक, स्वेदकारक, पाचक, चर्मरोगहर, यौनरोगहर, श्वासरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकर, कण्ठशुद्धिकर, अर्बुदहर, रक्तशोधक, मदकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अरुचि, अजीर्ण, कफवृद्धि, जलोदर, गला-घाँटीको समस्या, टन्सिल, पिनास, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, दम-खोकी, श्वासरोग, पसिना नआउने, मन्दाग्नि, अर्बुद, रक्तदोष, अनिद्रा, मुख, पाक, टाउको दुख्ने, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म/क्षार आधा-तीन ग्राम, वटी २-३ वटा, फल १-२ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २३५०. चाक्सेच्याउ, मुजापर्ने च्याउ, Tiet Mushroom Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सुक्खास्थानमा वर्षादको लाम्चो झरी बादलताका घना वनहरूमा उम्रन्छ । यो खुम्चने र सुक्दै जाने हुन्छन् । यो सुकाउँदा सुक्दैन । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, पेटको रोगमा लाभदायक, पोषक, मृदुरेचक, मूत्रल, सङ्ग्रहणीमा उपयोगी, अर्शोघ्न, शोथघ्न, रक्तविकारहर, आन्द्रा रोगमा फाइदाकर, मेदहर, वातहर, कफनिस्सारक मानिन्छ । **ओखती उपयोग :** यसले मोटोपन, अर्बुद, पक्षाघात, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कब्ज, अर्श, ग्यास्ट्रिक, अम्लपित्त, कमलपित्त, मूत्रकृच्छ्र,

दुब्लो, कुपोषण, रक्तश्राव, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा २-३ वटा, रस/लेदो ५-१० ग्राम, पकाएको तरकारी रस २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २३५१. चाँदेसुनाखरी, चाँदसुनगाभा, Moon Orchid, Er Se Juan Ban Lan, *Thunia alba* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पुराना रुख र चट्टानमा उम्रन्छ। यो डाँठ १-३ फिट उचो, १५-३० से.मि. लामो र २-५ से.मि. चौडाको भालाकार पात, थुङ्गामा चन्द्रमाझैं कन्चन सेता फूल केशरमा सुन्तले वा पीत धर्का भएको आकर्षक फुल्ने जेठ-असोजतिर फुल्छ, फलमा तेलीयबीजहरू, २-३ से.मि.का जरा मसिना हुन्छन्। **प्रयोग हुने अङ्ग** : समस्तभाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, वातपुष्टिकर, मूत्रल, अतिश्रमहर, बलकारक, पीडाहर, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, गर्भाशय-बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, पक्षाघात, कटिवात, कफग्रस्त दम, खोकी, हाडको रोग, गृध्रसी, सुजाक, नसारोग, गर्भाशयशोथ, रजःवीर्यदोष, अतिश्रमको पीडा, जलोदर, राजयक्ष्मा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो १-३ ग्राम, फूल अत्तर ३-१० थोपा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

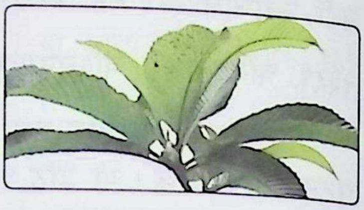
### २३५२. चामले न्युरो, निहुँ चामले, Chamale Niuro, Rice Vegetable Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानी पहाडी क्षेत्रमा जहाँसुकै पैदा हुन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, वैशाख-जेठमा मुना निक्लने, गुटुमुटु परेर बिस्तारै बढदै जाने, पात सेतो डाँठ सेतो हुन्छ। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हल्का टर्रो केही मिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेट शुद्धिकर, लौहशक्तिप्रदायक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। यसको सागले लौहशक्ति बढाउँछ, पेटका घाउ सन्चो गर्छ, कब्जियत हटाउँछ, अर्श सुकाउँछ, आँखालाई ज्योति दिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तज्वर, नेत्रज्योतिह्रास, रक्तदोष, रगतको कमी, कुपोषण, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम ३-५ पटक।

### २३५३. चामलेन्युरो हिमाली, हिमनिहुँ चामले, Himalayan Vegetable Plant

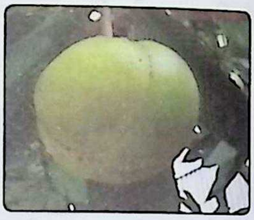
**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको क्षेत्रमा जहाँसुकै पैदा हुन्छ। यो १ फिट अग्लो, वैशाख-जेठमा मुना निक्लने, गुटुमुटु परेर बिस्तारै बढदै जाने, पात सेतो डाँठ सेतो हुन्छ। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हल्का टर्रो, केही मिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पेट शुद्धिकर, लौहशक्तिप्रदायक, पेटको समस्त रोगमा लाभदायक, मूत्रल, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ। यसको सागले लौहशक्ति बढाउँछ, पेटका घाउ सन्चो गर्छ, कब्जियत हटाउँछ, अर्श सुकाउँछ, आँखालाई ज्योति दिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पित्तज्वर, नेत्रज्योतिह्रास, रक्तदोष, रगतको कमी, कुपोषण, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस/लेदो १०-२० ग्राम ३-५ पटक।

### २३५४.चाल्टा, करमल, अगाई, नैतेकु, Dog Teak Tree, *Dillenia pentagyna* (Family : Dilleniaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष ६०-१२० फिट अग्लो, पात लाम्चो फराकिलो किनारमा दाँती भएका, फूल रातो फुल्ने, फल अण्डाकार-गोला पाँचखण्ड पाकेपछि पहेँलोभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, चोप, पात, फूल, फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, पित्तनाशक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, मधुमेह र मोटोपनमा लाभदायक, अस्थिपोषक, शोथघ्न, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, पिनास, फोक्सो/श्वासनलीशोथ, पित्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मधुमेह, मोटोपन, अर्श, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, हाडको रोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, फल/फूल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २३५५. चाचालता, भव्य, कर्मल, Catmon, Elephant Apple, *Dillenia indica* (Family : Dilleniaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ५०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार धार भएको, फूल पञ्चपत्रक पहेँलो-सेतो, फल धेरै खण्डमा बाँडिएको थेप्चो भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो केही तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, पाचक, तृप्तिकारक, मृदुरेचक, व्रणरोपक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अपच, अरुचि, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, स्मृतिह्रास, आन्द्रा सुक्खा, पेट पोल्ने, ज्वर, हृदयरोग, विवन्ध, शोथ, उदररोग, अर्श, पत्थरी, मुख-जिब्रोको बिबिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, १-२ चिरा, काँढापानी १ माना, बीज ३-५ ग्राम, बीज वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २३५६. चारुका, चारुकी, कठमूली झिँझेरी, Bindi Leaf Tree, *Bauhinia racemosa* (Family : Fabaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-१५ फिट अग्लो, दुई भागमा विभाजित गोलाकार पात, सेतो फुल्ने, चैत-वैशाखमा फल टाटामा फल्ने, धेरै खण्ड भएको फलभित्र १२-२० तेलीयगेडाहरू काला, रातो/खैरो रङका हुन्छन् । स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फूल, फल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, ज्वरनिवारक, कृमिमारक, पित्तनाशक, कफहर, अर्शोघ्न, मेदहर, चर्मरोगहर, दर्दनाशक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, विषप्रभाव, ज्वर, पेटका कृमि, कफग्रस्त दम-खोकी, अर्श, आउँ-पखाला, जलोदर, क्षयरोग, गानो, छालारोग, आन्द्राका खटिरा, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### २३५७. चाँदीघाँस गोर्खाली, Gorkha Silvergrass, *Miscanthus sinensis* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात लामा भालाकार, फूल सेतो चाँदीसमान, तेलीयबीज काला मसिना हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो-मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा, डाँठ, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक,

पित्तनाशक, पुष्टिकर, मूत्रल, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, मासिकधर्मनियामक, बलकारक, व्रणरोपक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, गृध्रसी, दम, खोकी, प्रदर, रजःवीर्यदोष, पित्तवृद्धि, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, ज्वर, अर्श, पेट पोल्ने, घाउ-खटिरा, रक्तरोग, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, ग्यास्ट्रिक इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** जड/काण्ड स्वरससुई १०-२० मि.लि., सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-३ वटा, घनसत्व १-२ ग्राम, भस्म १ ग्राम ३-५ पटक।

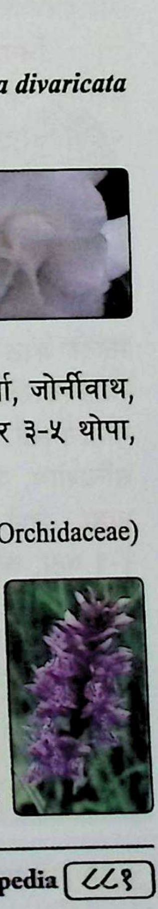
**२३५८. चाँयेफूल सुइरे सुनौलो, भितुन्ना, कुखुरीसिउरे, Celosia Gollden Plant, Cock's Comb Flower, *Celosia argentea***
(Family : Amaranthaceae)

**चिनारी :** **यो समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ। यो चम्किलो फूल, २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल सुइरे सुनौलो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन र मङ्सीरतिर पाक्छन।** **प्रयोग हुने अङ्ग :** **सबै भाग। स्वभाव बीज गरम, अन्य भाग शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ।** **गुण-धर्म-कर्म :** **यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, ब्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक मानिन्छ।** **औषधीय उपयोग :** **यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, मृगी, रगतको कमी, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ।** **मात्रा :** **लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५०** र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

**२३५९. चाँदनी दूधे, नन्दीबतालु, झिँझेरी, दूधे तगर, Pinwheel Flower Plant, *Tabernaemontana divaricata***
(Family : Apocynaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, डाँठ कोट्याउँदा दूध निस्कन्छ, ५-७ फिट अग्लो, पाँचपत्रे सेतो फुल्ने, पात चेप्टो चुच्चो, तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। फूल बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, व्रणरोपक, मेदहर, श्वासरोगहर, चर्मरोगहर, ज्वरनिवारक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, चर्मरोग, मोटोपन, ज्वर, अङ्गशोथ, कामला, अर्श, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कटिवात, रक्तदोष, छालारोग, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक।

**२३६०. चारऔँले, चौऔँले, Four Finger Plant, Marsh Orchid Plant, *Dactylorhiza* sp. (Family : Orchidaceae)**



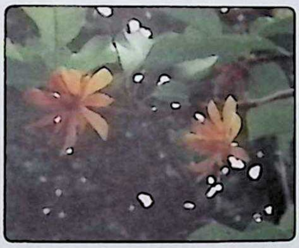
**चिनारी :** यो २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात भालाकार, निलो फुल्ने, चारऔंला भएको जरा हुन्छ। यसको कन्दमा चारवटा औँलामात्र हुने भएकाले चारऔंले मानिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सर्वाङ्ग। यसको कन्दको स्वाद मीठो र स्वभाव शामक हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो बलकारक, हाडरक्षक, मृदुरेचक, मूत्रल, शीतल, सन्धिकारक अनि पोषक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, दर्दहर, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, दर्दहर, हाड भाँचिएकोमा खाने, जोर्नीवाथ, दुब्लो-जीर्ण यसको विशेष प्रयोग काटेको ठाउँमा लेप गर्ने,

रोगी, कमजोरी, नातागत, मुटुको रोग, कब्ज, आन्द्राका घाउ, रक्ताल्पता, कुपोषण, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, रक्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : १ वटा दूधमा भिजाएर वा ३-५ ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, पात स्वरस/फाँडो ५-१५ ग्राम, काँढापानी १/१ माना ३-५ पटक।

### २३६१. चाँदनी घिउफूल, बोलियापिपल, क्षयतरु, नन्दी, Crepe jasmine Plant, Pinwheel Flower, *Ervatamia coronaria* (Family : Apocynaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो दूधे, १०-१५ फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, गाढा हरियो लाम्चो चुच्चो पात, निक्खरा सेतो थुङ्गामा फुल्ने, यसमा दुधियारस निक्लन्छ, यो सुगन्धदायक हरर बास्ना चल्छ। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तीतो-टर्रो हल्का मिठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो बास्नादार, व्रणरोपक, अर्बुदहर, यकृतपोषक, ज्वरहर, शोथघ्न, वेदनाशामक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मस्तिष्कज्वर, मज्जातन्तु शिथिल, मन्दाग्नि, आँखारोग, पत्थरी, पित्तवृद्धि, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, छालाको रोग, रक्तविकार, कलेजोरोग, विषप्रभाव, मृगी, जोर्नीवाथ, आमवात, श्वासरोग, रक्तस्राव, प्रदर, मधुमेह, मोटोपन, पित्तवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., अत्तर ३-१० थोपा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, फूल १-२ थुङगा, पात १-२ वटा ३-५ पटक।

### २३६२. चाँपो उष्णक्षेत्रको, बोलिया पिपल, चम्पक, गर्मीको चम्पा, Golden Champak Tree, *Michelia champaca* (Family : Magnoliaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो ८०-१०० फिट अग्लोवृक्ष, सदा हराभरा रहने, धेरै हाँगाबिँगासहितको, पात लाम्चो-फराकिलो, सुनौलो/सुन्तले-पहेँलो फुल्ने, बास्नादार, फलभित्र तेलीयबीज रातो हुन्छ। यसको फूल अमृतौषधिमा गणना गरिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बीज र काष्ठसार। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फूल र फल चूर्ण मूत्रकारक, उदरपीडानाशक, शक्तिवर्द्धक, मिर्गौला शोथमा लाभदायक, वातरोगमा हितकारी, रक्तवर्द्धक, मासिकधर्मनियामक, आँखारोगमा उपयोगी मानिन्छ। नेपालको धर्मसंस्कृतिमा ख्यातिप्राप्त चाँपो शक्तिस्वरूपिणी लक्ष्मीको पेवा भनिन्छ किनकि महङ्गो काठ हो। यसको काष्ठसार अर्बुदहर, रक्तशोधक, कुष्ठहर, चर्मरोगनाशक, त्रिदोषजहर, समस्त रक्तविकारनाशक, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, व्रणरोपक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रक्तविकार, चर्मरोग, त्रिदोषज विकार, सुजाक, एच.आइ.भि./एड्स, त्रिदोषज ज्वर, मोटोपन, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गदर्द, पित्तवृद्धि, पत्थरी, यौनरोग, दम, खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/चोप/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, काँढापानी १/१ गिलास, पातरस २० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा २-३ पटक।

### २३६३. चावी पाँचऔंले बैजनी, पञ्चावटी, कुंजी फूल, Key Flower Orchid Plant, *Dactylorhiza aristata* (Family : Orchidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो मलिलो हल्का कालो माटोमा पैदा हुन्छ। यो ७०-१०० से.मि. अग्लो, लाम्चो मुलायम पात, निलो वा बैजनी फुल्ने, जरामा पञ्जासमान पाँचऔंला हुन्छ। यसको स्वाद मीठो र चिप्लो, स्वभाव

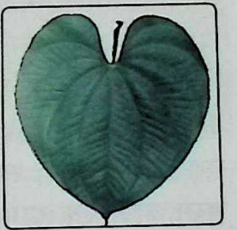
शीतल-शामक (शीतवीर्य) हुन्छ। **प्रयोग हुने अङ्ग** : जरा (गानो), फूल र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, गर्भस्थापक, रज-शुक्रजनक, बलकारक, रजवीर्यस्तम्भक, बुद्धिवर्धक, पुनर्यौवनदाता, जीवनीयतत्त्वरक्षक, बलकारक, सप्तधातु उत्पादक, दर्दहर, वातव्याधिहर, अस्थिपोषक, रसरक्तवर्धक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हाडको रोग, जोर्नी दुख्ने, वीर्यदोष, बाँझपन, शारीरिक कमजोरी, मन्दाग्नि, लिङ्गशिथिल-नपुंसकता, चोट/ठोक्किएको, सुन्निएको, पेट पोल्ने, मस्तिष्कका स्नायुशिथिल-मानसिकरोग, बुढयौलीरोग, आन्द्राका घाउ, मृगौला र मुटु सुक्नेरोग, कुपोषण, मासिकअधर्म, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात इत्यादिमा सन्चो गराउँछ। यसको मिहिनलेप घाउचोट र दर्दमा लगाउँदा छिटो लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : लेदो/धूलो ३-१० ग्राम, साग ३०-५० ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २३६४.चामलेबन्सो, बन्सोचामल, Chamale Banso, Rice Banso Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, सेतो फुल्ने, चामलझैं सानो तेलीयबीज बास्नादार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज, जरा, डाँठ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, रजवीर्यजनक, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, मूत्रल, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने-दुख्ने, मुख सुक्ने, गर्मीज्वर, धातुरोग, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, मन्दाग्नि, विस्मृति आदि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २३६५.चाङसे तरुल, आधा टर्रो तरुल, अर्धकषायकन्द, Astringent Yam Plant, *Dioscorea* sp.

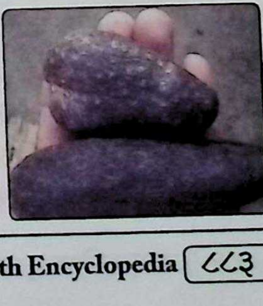
(Family : Dioscoreaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको वनमा पाइन्छ। यसको काण्डमा केही कडा र चार पोरा, पात र काण्ड कापबाट फूल लाम्चो बालामा फुल्छन्, गानो हुन्छ। यसको माथिल्लो गानाको स्वाद टर्रो र तल्लो भागको मीठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो तरुल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा उपयोगी, व्रणरोपक, मूत्रल, पुष्टिकर, विषघ्न, मेद-मज्जाकारक, तृप्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, रजःवीर्यविकार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, रगतको कमी, पेट पोल्ने-दुख्ने, उदरशूल, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, ज्वर, दम, खोकी, श्वासरोग, कफवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई ३-१० मि.लि., तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

### २३६६. चाङ्से तरुल मीठो चिप्लो, आधा टर्रो तरुल, अर्धकषायकन्द, Astringent Yam Plant, *Dioscera* sp.

(Family : Dioscoreaceae)



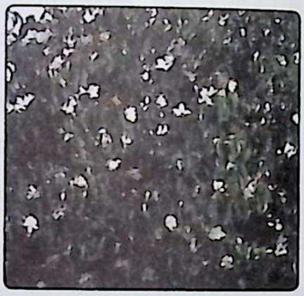
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको वनमा पाइन्छ। यसको काण्डमा केही कडा र चार पोरा, पात र काण्ड कापबाट फूल लाम्चो बालामा फुल्छन्, गानो हुन्छ। यसको माथिल्लो गानाको स्वाद टर्रो र तल्लो भागको मीठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो तरुल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा

उपयोगी, व्रणरोपक, मूत्रल, पुष्टिकर, विषघ्न, मेद-मज्जाकारक, तृप्तिदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, रज:वीर्यविकार, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, पत्थरी, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, रगतको कमी, पेट पोल्ने-दुख्ने, उदरशूल, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, ज्वर, दम, खोकी, श्वासरोग, कफवृद्धि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० मि.लि., तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक।

**२३६७. चाकपोले, अर्शोघ्नवनस्पति, अर्शशून्य बुटी, Piles Cut Herb, Chakpole Plant**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, एउटै डाँठमा दुवैतिर गएका पात, सेतो-निलो फुल्ने, साना गेडा हुन्छ। यो उत्तेजक गर्मी स्वभावको झार हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म :** यो चर्मरोगहर, अर्शोघ्न, शोथघ्न, स्वेदकारक, कुष्ठघ्न, यौनरोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले दाद, दुबी, कुष्ठ, दादुरा, जनैखटिरा, चिलाउने, यौनरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पसिना नआउने, काखी गन्हाउने, छालाको समस्या इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** बीज १-३ ग्राम, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक। वाष्पस्नान, लेपन, धोवन, घर्षण, धुवाँ, प्रक्षेपण इत्यादि गरी रोग सन्चो पार्ने गरिन्छ। दिनमा २-३ पटक लगाउनुपर्छ।

**२३६८. चाँप घोगे, राजचम्पक, राजाचम्पा, King Champa Plant, *Magnolia* sp.** (Family : Magnoliaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो विशालवृक्ष, प्रशस्त हाँगाबिँगाहरू, पात संयुक्त चेप्टो टुप्पो चुच्चो, सेतो फुल्ने, बीचमा केशर सुनौलो माथि घोगा लाग्ने, बास्नादार, शरदऋतुमा फुल्छ, अण्डाकार लाम्चो फलभित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन्। यो सदा हराभरा रहने वृक्ष हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पुष्प, फल, बोक्रा र पात। स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद तितो-टर्रो-मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो व्रणरोपक, कृमिघ्न, चर्मरोगहर, विषघ्न, हृदयहितकारी, वातव्याधिहर, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, पत्थरीहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तपित्त, ज्वर, कुष्ठ, क्षय, मूत्रकृच्छ्र, विषविकार, कण्डू, घाउ-खटिरा, कृमि, आउँ-पखाला, अर्श, अर्बुद, पत्थरी, मासिकअधर्म, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, फूल १ वटा, पात १ वटा, फल १ वटा २-३ पटक।

**२३६९. चाँपो काठे, काष्ठचम्पक, नागचम्पक, Yellow Champa Tree, Wood Champak Plant, *Michelia* sp.** (Family : Magnoliaceae)

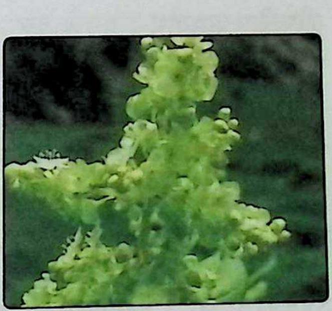
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो विशाल वृक्ष, सदा हराभरा रहने, काण्डको बाहिर फुस्रो, भित्री अन्तर बोक्रा रातो एक अङ्गुल बाक्लो, पात भालाकार एकान्तर चाम्रो, फूल पहेँलो बास्नादार, शरदऋतुमा फुल्छ। फल अण्डाकार, जाडो मौसममा फुल्छन्। भित्र गुलाबी रङको गुदीले ढाकिएका ३-४ वटा तेलीयबीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पुष्प, फल, पात, भित्री बोक्रा र बीज। यसको स्वभाव उष्ण-हुन्छ। स्वाद मिठो-टर्रो र खाएपछि हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो वेदनाशामक, कफनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, पित्तहर, नेत्ररक्षक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले वातरक्त, रक्तपित्त, जीर्ण घाउ-खटिरा, अर्बुद, कफविकार, नेत्ररोग, कण्डू, कुष्ठ, रक्तस्राव, पत्थरी, आँखाको रोग, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार,

उच्चरक्तचाप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., फूल १ वटा, पात १ वटा, फल १ वटा, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

**२३७०. चाँप काँडे, कण्टकचम्पक, काँडाचम्पा, Thorn Champa Plant, *Michelia* sp.** (Family : Magnoliaceae)

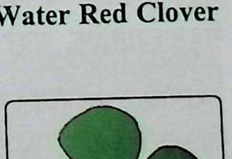
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो विशालवृक्ष, प्रशस्त हाँगाबिँगाहरू, काँडे, पात संयुक्त चेप्टो टुप्पो चुच्चो, सेतो फुल्ने, केशर सुनौलो माथि घोगा लाग्ने, बास्नादार, शरद ऋतुमा फुल्छ । फल अण्डाकार लाम्चो भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यो सदा हराभरा रहने वृक्ष हो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, फल, बोक्रा र पात । स्वभाव उष्ण, हुन्छ र स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो व्रणरोपक, कृमिघ्न, चर्मरोगहर, विषघ्न, हृदयहितकारी, वातव्याधिहर, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्बुदहर, त्रिदोषशामक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, ज्वर, कुष्ठ, क्षय, मूत्रकृच्छ्र, विषविकार, कण्डू, घाउ-खटिरा, कृमि, आउँ-पखाला, अर्श, अर्बुद, पत्थरी, मासिकअधर्म, प्रमेह, प्रदर, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म आधा-एक ग्राम, अत्तर ३-५ थोपा, फूल १ वटा, पात १ वटा, फल १ वटा २-३ पटक ।

**२३७१. चाउले ठूलो हिमाली, चौंरे, च्यवनपुष्प, Himalayan Duck Leaf Knotweed Plant, *Aconogonum rumicifolium*** (Family : Polygonaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको २७००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल हरियो-सेतो-पहेँलो, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, मेदहर, कृमिमारक, सङ्ग्राहक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, मुखमा घाउ, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो फोहोर, टन्सिल, गानो-गोला, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर खस्ने वा सुन्निएको, जलोदर, उदरकृमि, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

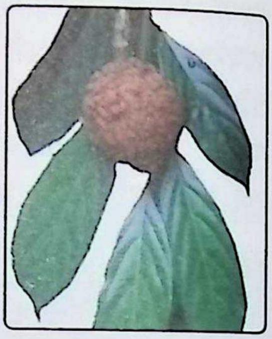
**२३७२. चारपत्ते जलीयरातो, जलस्वस्तिक, जललालचौपाते, शीतिबार, रक्तचतुर्थपत्रक, Water Red Clover Plant, *Marsilea quadrifolia*** (Family : Marseliaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो जल वा चिस्यानमा मिल्छ । यो सानोभार वर्षातमा उम्रन्छ र भुइँमा लत्रन्छ वा पानीमा तैरिन्छ, चारपाते त्रिकोणाकार, फूल रातो फुल्छ, अण्डाकार फल भित्र तेलयुक्त बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, हृदयहितकारी, बृक्कपुष्टिकर,

रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, वातपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, हृदय कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मिर्गौलारोग, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुख्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, हैजा, रजःवीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, मूत्राघात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, खोले/साग ३०-१०० ३-५ पटक ।

### २३७३.चालमोगरा, कुष्ठबैरी, चलमुङ्रा, कुष्ठघ्न, Mongra Fruit Tree, *Taraktogenos kurzii* (Family : Achariaceae)



**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-फराकिलो-ठूलो, फूल सेतो वा हरियो-पहेँलो, अण्डाकार फल भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तितो-टर्रो, कोक्याउने-बिक्याउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कुष्ठघ्न, वातपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अर्बुदहर, मेदहर, कर्णरोगनाशक, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, खोकी, मुखपाक, श्वरनलीको समस्या, जिब्रो-मुखको घाउ, टन्सिल, गानो-गोला, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, दाग, दादुरा, लुत्तो, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, मधुमेह, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघरको समस्या, जलोदर इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज ३-५ वटा, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

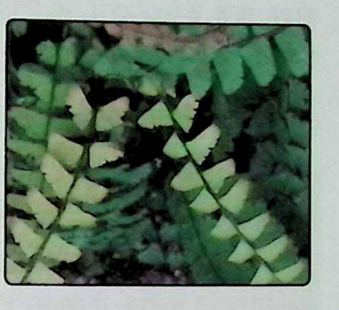
### २३७४.चामद्रु, Chamdru (Am), Mallow Plant, Cheese Cake Plant

**चिनारी :** यो ठन्डा हावापानीको १६००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार गोला पात, मोटो काण्ड, बैजनी फुल्ने, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू धेरै हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो र टर्रो हुन्छ ।

**गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, मृदुरेचक, अग्निकारक, रक्तशोधक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कमलपित्त, अम्लपित्त, पित्तपत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मूत्राशयको पत्थरी, प्रदर, कब्ज, अर्श, मूत्रकृच्छ्र इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३७५. चाते हंसघाँस, केशसिन्की, वृद्धाकन्याकेश, Silver Walking Maidenhair Root Plant, *Adiantum caudatum* (Family : Pteridaceae)

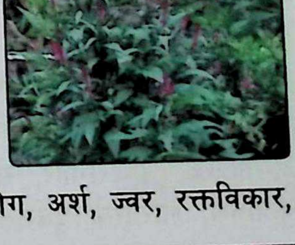


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, कालो डाँठ, पात दुवैतिर गएका चाँदीझैँ टल्कने, जरा बूढीकन्याको कपाल चलेकोझैँ, जाडो महिनामा ढुङ्गाको कान्ला-भित्तामा चाँदीसमान उम्रन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, एचआईभी/एड्स, पागल जनावरको टोकाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसले रक्तवाहिनीनली र रक्तसञ्चार प्रक्रियामा व्यवस्थित गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २३७६. चाँप पहाडी सुनौलो, स्वर्णचम्पक, Golden Champa Tree, *Michelia champaca* (Family : Magnoliaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो लोपोन्मुख हुँदै गएको छ । यो विशाल वृक्ष सदा हराभरा रहने, काण्ड, भित्री अन्तर बोक्रा सुनौलो एक अङ्गुल बाक्लो, पात आयाताकार चुच्चो, फूल सुनसमान बास्नादार, शरद ऋतुमा फुल्छ । फल अण्डाकारभित्र गुलाबी रङको गुदीले ढाकिएका ३-४ वटा तेलीयबीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प, फल, पात, भित्री बोक्रा र बीज । यसको स्वभाव उष्ण-हुन्छ । स्वाद मिठो-टर्रो र खाएपछि हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वेदनाशामक, कफनाशक, त्रिदोषशामक, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, पित्तहर, नेत्ररक्षक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले वातरक्त, रक्तपित्त, जीर्ण घाउ-खटिरा, अर्बुद, कफविकार, नेत्ररोग, कण्डू, कुष्ठ, रक्तस्राव, पत्थरी, आँखाको रोग, प्रदर, प्रमेह, रक्तविकार, रक्तचाप, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., फूल १ वटा, पात १ वटा, फल १ वटा, अत्तर ३-५ थोपा ३-५ पटक ।

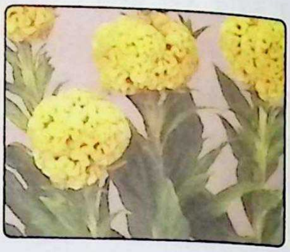
### २३७७. चाङ्गेफूल गुलाबी, मुर्गाशिर, कुखुरीसिउरे, Pink Cock`s Comb Plant Flower, *Celosia spicata* (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो झाडी, पात चेप्टो चुच्चो, फूल झुप्पामा गुलाबी, फूल छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, गोला, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तविकार,

आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर सुन्निएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, पखाला-आउँ, आन्द्राशूल, रक्तस्राव, रगतपखाला, सिङ्गाने पखाला इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२३७८. चाइ्गेफूल सुनौलो, स्वर्णमुर्गा, Golden Wool Flower, Cock`scomb Plant, *Celosia cristata***
(Family : Amaranthaceae)

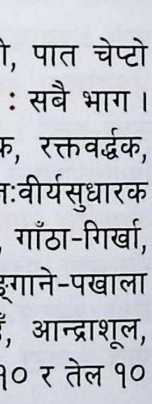


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो झाडी, पात चेप्टो चुच्चो, फूल झुप्पामा सुनौलो केशर-पहेँलो, फूल छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, गोला, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्तस्राव, रगतेपखाला, आमवात, पाठेघर सुन्निएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, आन्द्राशूल इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२३७९. चाइ्गेफूल कलेजी, कलेजीमुर्गा, Deep Purple Wool Flower Plant, Cock`scomb, *Celosia caracas***
(Family : Amaranthaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो झाडी, पात चेप्टो चुच्चो, कलेजी फूल झुप्पामा, फूल छिप्पिएपछि तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, गोला, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, रक्तस्राव, सिङ्गाने-पखाला आमवात, पाठेघर सुन्निएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, पखाला-आउँ, आन्द्राशूल, इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२३८०. चाउँले सानो हिमाली, Nyalowa (Am), Himalayan Aconogonon Plant, *Aconogonon tortuosum***
(Family : Polygonaceae)



**चिनारी :** यो शीतोष्ण हावापानीको ३३००-५६०० मिटरमा पाइन्छ। यो २ फिट अग्लो झाडी, पात चेप्टो, फूल झुप्पामा सेतो, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, गोला, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श,

ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर सुन्निएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, आउँ, आन्द्राशूल, रक्तस्राव, पखाला, सिङ्गाने पखाला इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

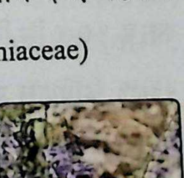
### २३८१. चारपाटे रातो, लामखण्डो, मिर्मी, मत, Catmint Plant, *Anisomeles indica* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो सुगन्धदायक, फूल सेतो-बैजनी, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, अर्शोघ्न, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया खाने प्रचलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३८२. चारपाटे जन्तीझार, Dwarf Water Clover, 4 Leaved Aquatic Clover Plant, *Marsilea minuta* (Family : Marsileaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो, दुई-दुई गरी चार पात, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, कामोद्दीपक, रक्तशोधक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, प्रदर, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

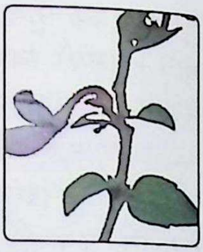
### २३८३. चारपाटे नीलो, घेरणा, Creeping Skull Cap, *Scutellaria barbata* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुका ६००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-५० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो दन्तुर, फूल नीलो, फलमा गेरुरङका तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **प्रयोग हुने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो-परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले

अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीका रोग, रक्तदोष, मधुमेह, श्वासगन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आमअतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २३८४. चारपाटे, घेरणा, Creeping Skull Cap Plant, *Scutellaria repens* (Family : Lamiaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ६००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, रोमश, पात चेप्टो-चुच्चो दन्तुर, फलमा गेरुरङका तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो-परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २३८५. चामले खरी, सेतो खरी घाँस, Chamale Khari, White Khari Grass

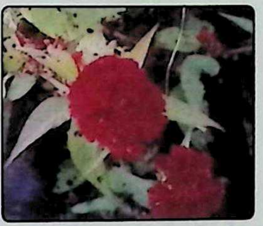
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, आँखा धेरै भएको, पात बाँसझैँ तर सानो, फूल सेतो, जरा सेतो, फलभित्र चामलसमान सेता बीजहरू हुन्छन्। यसको बीजले अनिकाल टर्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तशोधक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, सुक्खा दम-खोकी, विषप्रभाव, पौरुषग्रन्थिवृद्धि, मिर्गौलारोग, मानसिकरोग, पेट पोल्ने, गर्भाशय खस्ने, अपस्मार, रक्तश्राव, रगतको कमी, गलाको रोग, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, डाँठस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-५ वटा ३-५ पटक।

### २३८६. चाँयेफूल रातोलम्बरे, कुखुरीसिउरे, Celosia Red Flower, Cock's Comb Flower, *Celosia argentea* (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल रातो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् र कार्तिकमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव बीज गरम, अन्य भाग शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक,

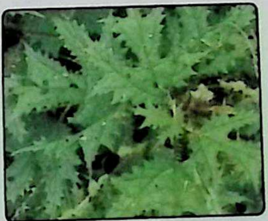
रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार, रगतको कमी, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३८७. चाँगे रगतेफूल, ठूलो चाँगे, Big Celosia Purple Flower, *Celosia* sp. (Family : Amaranthaceae)



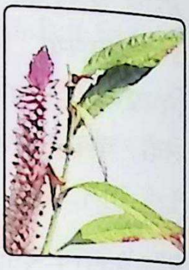
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानी पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, फूल रातो, बालामा तेलीय बीजहरू लाग्छन् र कार्तिकतिर पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव बीज उष्ण, अन्यभाग शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, अस्थिसन्धानक, मेदमज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटेफुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, मृगी, रगतको कमी, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३८८. चाल्नेसिस्नु बाक्लो पाटको अल्लो, बृहदवृश्चिका, Cha Pha (Am), Hill Nettle Plant, *Girardinia diversifolia* (Family : Urticaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, बाक्लो पाट निक्लने, जरा सेतो, सेता भुसे काँडा, सेता फुल्ने, बालामा धेरै तेलीयगेडा फल्ने, पतभर, डाँठमा पाट भएको हुन्छ । यो असोज-मंसिरमा पाक्छ र पौष-माघमा पाट निकाली उच्चस्तरीय धागो बनाइन्छ। यो छुँदा भुसले पोल्छ । स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद पात पकाएपछि मीठो-चिफ्लो र जरा र बीज टर्रो-मिठो । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : कलिलो पात-मुना, जरा, गेडा, पात, छिप्पिएको पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल-मृदुविरेचक, वातहर, दर्दनाशक, अस्थिपोषक, कफनिस्सारक, स्वास्थ्यवर्द्धक-पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, विजातीयद्रव्य निष्काशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, शोथघ्न, रजःवीर्यसुधारक, मेद-मज्जाकारक, अतिश्रमहर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अग्निमन्द, रगतको कमी, निम्नस्क्तचाप, मधुमेह, गृध्रसी, कटिवात, पक्षाघात, अङ्गशोथ, नसागत-स्नायुतन्तुहरूको कमजोरी, ढाड-कम्मर दुख्ने, जोनीदर्द, करङ सडकने, कब्ज, अर्श, रजःवीर्यदोष, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको वस्त्र वातरोगमा अति उपयोगी हुन्छ र धेरै वर्ष टिक्छ । **मात्रा** : बीजचूर्ण ३-५ ग्राम, सर्वाङ्ग चूर्ण १ चम्चा, साग रसिलो खोले-फाँडो १ माना, साग ५०-१०० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जरा लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

**२३८९. चाँगे सफेदमुर्गा, क्षितिबार, सिरयारी, सूर्याली, Silver Spiked Plant, Cock's Comb White Plant, *Celosia argentea* (Family : Amaranthaceae)**



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सेतैबोट, ३-५ फिट अग्लो, पात ५-८ अङ्गुल लाम्चो र चौथाइ अङ्गुल चौडा चुच्चो भएको, फूल गुलाबी-सेतो कुखुराको सिउरसमान, फलमा ४-८ तेलीय बीजहरू, जरा अङ्गुलसमान सेता-मोटा-बास्नादार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो केही मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, अग्निदीपक, रुचिकारक, कफनिस्सारक, ज्वरघ्न, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, रजःवीर्यसुधारक, बलकारक, पुष्टिकर, यकृतपोषक, मेदहर, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले ज्वर, प्रमेह, कुष्ठ, भ्रम, डाह, श्वासरोग, शुक्रमेह, सङ्ग्रहणी, रक्तविकार, मूत्ररोग, पत्थरी, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, कामला, अर्श, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, मन्दाग्नि, मधुमेह, प्रदर, रक्तचाप, कलेजोरोग, मोटोपन, दाद, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० र फूलस्वरससुई २-१० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२३९०. चामल, तण्डुल, White Rice, *Oryza sativa* (Family : Poaceae)**

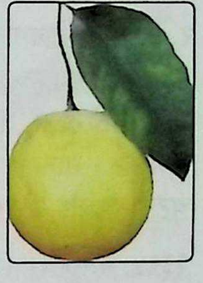
**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा संसारभर पाइन्छ । धानभित्रको नरम भाग सेतो चामल प्रयोग गरिन्छ र चामल पकाएपछि भात भनिन्छ । एकसरो भुस फालेर नफलेको रातो चामलको पत्रकण कब्जियत र आन्द्रा शुद्धिको महाऔषधि गनिन्छ । १५ घण्टा भोक लाग्दैन र आडिलो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** चामल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, विषघ्न, व्रणरोपक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक, अतिश्रमहर, पेटशुद्धिकर, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, दुर्बलता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, हैजा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, उदररोग, उदरशूल, पेट पोल्ने, कामला, ज्वर, मुखपाक, अतिश्रमको पीडा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** भिजाएको दही-चामल २०-५० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, भात ३ चोइली २-३ पटक ।

**२३९१. चाइ बन्दा, चाइनिज बन्दागोभी, Chinese Cabbage, *Brassica pekinensis* (Family : Brassicaceae)**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५.५-६.५ पिएचमानसम्मको माटोमा राम्रो खेती हुन्छ । यो सीआर ६५ जातको बीउ छरेको ६५-७५ दिनमा १-३ किलोको हुन्छ । यो उच्चपहाडमा फागुन-वैशाखमा लगाएर साउन-असोजमा बाली लिन सकिन्छ । मध्यपहाडमा साउन-भदौमा रोपेर कार्तिक-मङ्सीरमा खोँच, बेँसी र तराईमा भदौ-असोजमा लगाएर मंसिर-पुसमा उत्पादन लिइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात गोलाकार पातहरूको गुजुल्टो फूल पहेँलो, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यसको साग-तरकारी खाने चलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, मृदुरेचक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, ज्वरनिवारक, बृक्क/हृदयहितकारी, उदररोगनाशक, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगत बगेको, दाग परेको, अर्श, मासिकअधर्म,

पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कब्ज, नेत्ररोग, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, कुपोषण, दुर्बलता, पत्थरी, ज्वर, मूत्रकृच्छ्र, वायुगोला, उदररोग, गानो, गुल्म, गाँठा-गिर्खा, हैजा, दुबी, दाद, कुष्ठ, यौनरोग, मुखपाक, पेट पोल्ने, आन्द्रा डल्लो पर्ने, अर्श, लौहतत्त्वको कमी, पाचनशक्ति कमजोर, रक्तविकार, कब्जियत, गोटागोटा पर्ने, कामला, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., झोल/खोले १ थाली, स्वरस/काँढापानी/रस १ गिलास ३-५ पटक ।

**२३९२. चाक्सी, सानो गर्मीको निबुवा, Chaksi Fruit, Nepal Sweet Lime, *Citrus limettioides*** (Family : Rutaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, सदा हराभरा, काँडादार काण्ड हाँगा, सेतो फुल्ने, केशर पहेँलो, फल पाकेपछि पहेँलो, भित्र केस्रामा गुदी र तेलीय बीज हुन्छन् । यसको निबुवाभन्दा सानो गोलाकार फल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फलअमिलो मिठो-स्वादिलो, अन्यभाग केही तितो-परपराउने हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, नेत्रशक्तिप्रदायक, धातुरक्षक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । फल रस खानाले तत्काल रगत बढाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., केस्रा २-३ वटा, फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

**२३९३. चालुन्दार, झण्डाशोषण, आइरिस फूल, Flag Iris Plant, *Iris* sp.** (Family : Iridaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको सिमसार-चिस्यान वा पानीमा धेरै पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, फूल सुनौलो झण्डाझैं फुल्छ, जरामा गानो खैरोभित्र सेतो फल लाम्चो कोसामाभित्र ३०-५० वटा कलेजी रङका तेलीय बीजहरू हुन्छन् । यो ताजामा अतिकडा उत्तेजक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद केही तीतो टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, दर्दनाशक, कलेजो/फुफ्फुसपुष्टिकर, पाचक, कण्ठशोधक, गलग्रन्थिरोगहर, श्वासरोगहर, मूत्रल, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तपित्त, ज्वर, उच्चरक्तचाप, अपस्मार-छारे, रुघा, पिनास, श्वासप्रश्वास समस्या, दम खोकी, टन्सिल, गाँड, अर्बुद, यौनरोग, उदरकृमि, मोटोपन, घाउ-खटिरा, दाद, दुबी, कुष्ठ, मुखपाक, उदरशूल, श्वासरोग, मूत्ररोग, मधुमेह, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, स्नायुवात, पक्षाघात, गृध्रसी, कटिवात, पत्थरी, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, नाक बन्द हुने, सुन्निने, दर्द, अपच, अरुचि, रगतदोष, पेटको रोग, पित्तरोग, रक्तस्राव, मासिकअधर्म, धातुरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी गिलास, धूलो/लेदो १-५ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, जरा टुक्रा १-२ वटा, वटी १-२ अत्तर ३-५ थोपा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

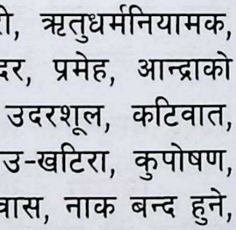
**२३९४. चास्रीलता, च्याउरी लहरो, Nightshade Potato Vine, *Solanum laxum* (Family : Solanaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइने लहरो प्रजातिको बिरुवा हो । यो १०-५० फिट लामो लहरो, पात चेप्टो/लाम्चो-चुच्चो, सेतो फुल्ने केशर पहेँलो, नीलो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरामा आलु हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद अमीलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, बीजवातनाशक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, घाउखटिरा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, रक्तचाप, रक्तस्राव, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, विषादि असर, मुटुको छिटो चाल आमवात, कटिवात, अङ्गशोथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : रस/काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चटनी-अचार ५-१० ग्राम, तरकारी ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

**२३९५. चालुन्दार मिठो, शोषणमधुर, Sweet Iris Plant, *Iris pallida* (Family : Iridaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, बास्नादार, रातो डाँठ, पात लाम्चो, नीलो फुल्ने, लाम्चो बालामा तेलीय बीजहरू, जरा सेता वा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, मधुमेह, कफज्वर, आउँपखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, अर्श, छालाको कडापन, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, श्वास, नाक बन्द हुने, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-२ ग्राम,चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

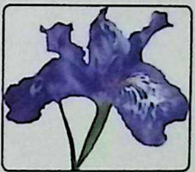
**२३९६. चालुन्दार गाढा नीलो हिमाली, शोती, यकृत्शोषणपुष्प, Himalayan Iris Plant, *Iris kemaonensis* (Family : Iridaceae)**



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण र शीतोष्ण जलवायुको २५००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, बास्नादार, हरियो डाँठ, पात धारिलो लाम्चो, नीलो फुल्ने, लाम्चो बालामा तेलीय बीजहरू, जरा खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको

सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कब्ज, अर्श, अनुहारको डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, श्वास, नाक बन्द हुने, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-२ ग्राम, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२३९७. चालुन्दार निलो र सेतो छिर्केमिर्के, शोती, यकृत्शोषणपुष्प, Himalayan Iris Plant, *Iris wilsonii* (Family : Iridaceae)**

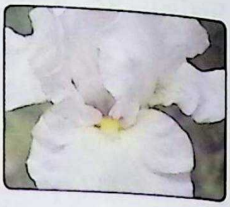


**चिनारी** : यो समशीतोष्ण र शीतोष्ण जलवायुको २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, बास्नादार, रातो डाँठ, पात धारिलो लाम्चो, नीलो फूल केशर फुल्ने, लाम्चो कोसामा तेलीय बीजहरू, खैरा जरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो केही टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीको रोग, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, मधुमेह, कफज्वर, आउँपखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, छालाको कडापन, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, नाक बन्द हुने, कफग्रस्त दम-खोकी, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, बीज १-२ ग्राम, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२३९८. चालुन्दार लाम्चोकोसे, शोती, यकृत्शोषणपुष्प, Purple Iris Plant, *Iris hookeriana* (Family : Iridaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण र शीतोष्ण जलवायुको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, बास्नादार, पात धारिलो लाम्चो, फूल बैजनी वा नीलो फुल्ने केशर पहेँलो र सेतो, फल लाम्चो कोसामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **गुण-धर्म-कर्म** :
**उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो ।
यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक,
चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, बृक्क/हृदयहितकारी,
ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले
मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार,
मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव,
गानो, मधुमेह, कफज्वर, आउँ-पखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, छालाको
कडापन, डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, श्वास, नाक बन्द हुने, कफग्रस्त दम-खोकी,
जोर्नीवाथ, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, अर्बुद, इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा,
बीज १-२ ग्राम, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि.,
काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २३९९. चालुन्दार कुखुरापुच्छ्रे, शोती, यकृत्शोषणपुष्प, Cocktail Iris Plant, *Iris germanica* (Family : Iridaceae)

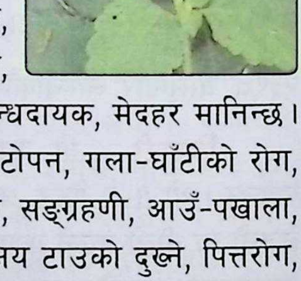


**चिनारी** : यो शीतोष्ण र समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, चारैतिर फैलिन्छ, बास्नादार, पात धारिलो लाम्चो, फूल सेतो फुल्ने, फलमा तेलीय बीजहरू, जरा १०-२० से.मि. लाम्चा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, रज:वीर्यसुधारक, बृक्क/हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, मुखका घाउ, कब्ज, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, छालाको कडापन, अनुहारको दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, श्वास, नाक बन्द हुने, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा,बीज १-२ ग्राम, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४००. चारपाट हरियो-पहेँलो हिमाली, झुसुले, गोपाली, कालाभाङ्ग्रा, Himalayan Catmint Plant, Jinting (Sherpa), *Anisomeles indica* (Family : Lamiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, बास्नादार, रोमश, पात चेप्टो-चुच्चो दन्तुर, फूल हरियो-पहेँलो, तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-तितो-बास्नादार । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, अर्शोघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, अर्बुदहर, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, सुगन्धदायक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय टाउको दुख्ने, पित्तरोग, पित्तज्वर, अम्लपित्त, आँखाका समस्त रोग, रक्तचाप, मधुमेह, रुघा, पिनास, घाँटीदर्द, टन्सिल, सुन्निएको, पक्षाघात, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया खाने प्रचलन छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी/रस १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

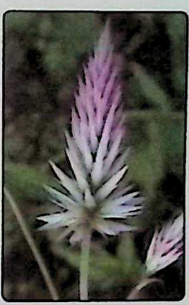
### २४०१. चागना, राइक्से, पायकपा, पयागचवा, Payakpa (Am), Depgul Plant, Mountain Milk Wort, Payagtsawa, *Lancea tibetica* (Family : Mazaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ३३००-४४०० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-२० से.मि. अग्लो, पात आयाताकार चुच्चो, डाँठविनाको दूधेझार, फूल नीलो फुल्ने, जरा सेता, तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कृमिमारक, शोथघ्न,

रक्तशोधक, कफनिस्सारक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, यकृतपुष्टिकर, अर्बुदहर, वेदनानाशक, पित्तज्वरनिवारक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखारोग, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, रक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकार-विजातीय सर्वदोषले ग्रसित रोग, रक्तपित्त, मधुमेह, सुजाक, चर्मरोग, समस्त ज्वर, मोटोपन, पत्थरी, अधिकपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, रक्तरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म १-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ५० तथा पातस्वरससुई २-१० र बीजतेल १० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २४०२. चाँदीफूल, बाथुकामा, मुर्गिककेशर, **Gunugu Poolu, Silver Cock's Comb Plant,** ***Celosia argentea*** (Family : Amaranthaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो-गुलाबी भालेको सिउरभैं फुल्ने, फलभित्र तेलीयबीजहरू, सेता जराहरू भ्याङ्गिन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिप्लो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रसायन, पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, सन्तानदायक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, आयुर्वर्द्धक, कफपित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, रक्तवीर्यस्तम्भक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, नेत्ररोग, हृदयरोग, रक्तरोग, चर्मरोग, गर्भपात, दम, बाँझोपन, कमलपित्त, जिब्रो-मुख पाक्ने, आन्द्रा सुक्ने रोग, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि, कडा गाँठा, अर्बुद, रक्तविकार, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, आँखा कमजोरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४०३. चाँदीझार, चाँद, **Silver Bush, White Licorice Herb,** ***Helichrysum petiolare*** (Family : Asteraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १५-३० से.मि. अग्लो, दायाँ-बायाँ २-५ फिट फैलिन्छ, सेतो रोमशबुटी, पात चेप्टो दुवैतिर गएका, सेतो फुल्ने, थुङ्गामा मसिना तेलीय गेडा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, वातव्याधिहर व्रणरोपक, उदररोगनाशक, विषघ्न, पत्थरीहर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, वातहर मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मृगी, अपस्मार, दिमागी गर्मी, छालारोग, सन्धिवात, अङ्गशोथ, कटिवाथ, गृध्रसी, पित्तवृद्धि, ज्वर, आन्द्राका घाउखटिरा, विषप्रभाव, उदरशूल, अर्श, पेट पोल्ने, रगतको कमी, कफग्रस्त खोकी-दम-चिसो-रुघा-टन्सिल, पत्थरी, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

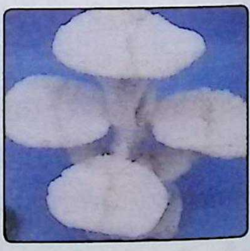
### २४०४. च्याँख्ला/आटो/राजे/मकैढिँडो/मकैभात/मकैचामल/Corn Rice

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । कुनै पनि जात-उपजातका मकैगेडालाई खस्रो पिसेर निफनेर पिठो छुटयाई चामल बनाइन्छ भने च्याख्ला भनिन्छ । मकै गेडालाई मसिनो पारी पिसेर पानी उमालेर ढिँडो बन्छ । यही मिहिन धूलोलाई रोटी बनाएर खाने चलन छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** राजे । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, बृक्कपुष्टिकर, कफनिस्सारक, वातनाशक, रक्तवर्द्धक, त्रिदोषशामक, उदररोगमा लाभदायक, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मसुधारक, व्रणरोपक, मूत्रल, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, बलकारक, अतिश्रमहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, पित्तकफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, हैजा, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, उदररोग, अतिश्रमको पीडा, प्रदर, प्रमेह, मिर्गौलारोग, कब्ज, अर्श, पेट दुख्ने-पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चूर्ण ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रोटी १-२ वटा, खोले एक थाल, ढिँडो १-३ चोइली ३-५ पटक ।

### २४०५. च्याउभालु दाँतेटाउके, Bear's Head Tooth Mushroom, *Hericium americanum* (Family : Hericiaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सुकेका रूख तथा मुढामा उम्रिन्छ । यो सेतो रेसा परेको, रङको १५-६० से.मि. अग्लो, १-३ फिट फैलिन्छ । स्वाद खल्लो र स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, तन्त्रिकावृद्धिकारक, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगतको कमी, मानसिकरोग, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, छारे, रक्तपित्त, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गलाघाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालारोग, मन्दाग्नि, अरुचि, कमलपित्त- हेपाटाइटिस, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल १ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, तरकारी/साग ३० -१०० ग्राम, बुङ्गो अचार १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४०६. च्याउशङ्खे, शङ्खभूमिछत्रक, Conch Shell Mushroom Plant



**चिनारी :** यो हर हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१० अङ्गुल उचो, प्रायः यो वृक्षमा मिल्छ । यो भदौ-असोजमा धेरै उम्रन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, रक्तस्तम्भक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले रगतकमी, मानसिक रोग, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गलाघाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालारोग, मन्दाग्नि, अरुचि, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, कब्ज, शारीरिक कमजोरी, कुपोषण, आन्द्रासुक्खा, उदरजलन, रक्तस्राव, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल १ वटा, धूलो/लेदो

३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो ५-१० ग्राम, तरकारी/साग ३०-१०० ग्राम, बुङ्गो अचार १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

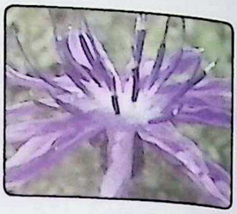
**२४०७. च्याउको फुस्रोधूलो, मिसाएको च्याउको धूलो, Mushroom Powder or Dry Sukuti**

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । ताजामा खाँदा केही हसक्क गन्ध छोड्छ भने सुकाएर पछि पकाई प्रयोग गर्दा अति स्वादिष्ठ हुन्छ । यसको बास्ना चल्छ र धेरैले मन पराउँछन् । पछिका लागि राखी विभिन्न चीजमा मिसाएर खान सकिन्छ । यो पुरानो नेपाली चलन सुकुटीप्रथा रहस्यमय छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, अस्थिहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवात, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, कष्टकर/असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रज-वीर्यदोष, क्षयरोग, अल्सर, एचआईभी/एड्स इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, स्वरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

**२४०८. च्याउ सेतो, White Mushroom, Meadow–Field Mushroom, *Agaricus campestris* (Family : Agaricaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१५ से.मि. अग्लो, यो सेतो अनुहारको उज्ज्वल, जमिनमुनि जरा, जवान भएपछि छाता आकारको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक, अग्निवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवात, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्तस्राव, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्ताल्पता, हाड-ढाडको रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, मुटुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, प्रदर, धातुस्राव, वीर्यदोष, पक्षाघात, कब्ज, समस्त रक्त-त्रिदोषज विकार, समस्त ज्वर, अल्सर-पेटको घाउ, रज-वीर्यदोष, जीर्णरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४०९. च्याते, डोइलो फूल, Tsatri Chok (Am), Violet Dandelion Plant, *Cicerbita macrorhiza* (Family : Asteraceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १८००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-३ फिट अग्लो, पात च्यात्तिएको हल्का दन्तुर ५-१५ से.मि. लाम्चो, फूल बैजनी वा नीलो, फल कोसामा रौँदारभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, विषघ्न, अग्निकारक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, उच्चरक्तचाप, हृदयरोग, कब्जियत, अर्श, उदरशूल पित्तविकार इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसले कलेजोलाई व्यवस्थित गर्छ, विषादिको कारणबाट आएको ज्वरमा लाभ पुर्‍याउँछ । यसले पत्थरी गलाउँछ, रक्तविकारमा फाइदा पुग्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २४१०. च्याउराजा, गाढा रातोकाठेच्याउ, कान काटिएको डाडुच्याउ, राजारक्तच्याउ, King of Mushroom, King Fungus, *Boletus edulis* (Family : Boletaceae)

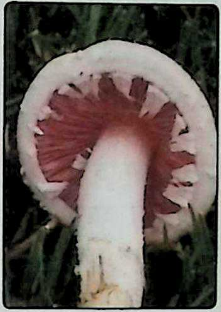
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ठन्डाक्षेत्र चिस्यानमा धेरै पाइन्छ । यो गर्मी हावापानीमा वर्षादतिर कालो माटोको वन सुकेको रूखको जरा/ठुटामा भेटिन्छ । यो उम्रेको ९० दिनमा परिपक्व हुँदा गाढा रातो हुन्छ । रातो पनाको माथिल्लो भाग र डाँठ सेतो दूधे, कलिलोमा सेतो बिस्तारै पहेँलो हुँदै रातो रङमा बदलिन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो प्रतिरक्षात्मक, शक्तिवर्द्धक, क्षार र अम्लव्यवस्थापक, हृदयहितकारी, विजातीयद्रव्य निष्कासक, रक्तदोषहर, गतिशील अङ्गरक्षक, अर्बुदहर, प्राणशक्तिदायक, सर्वरोगहर, पुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, अस्थिपोषक, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : सबै अङ्ग । **औषधीय उपयोग** : यसले मानवीय स्वास्थ्यलाई अत्यावश्यक २५० भन्दा धेरै तत्त्वहरू प्राप्त हुन्छ । यसमा रहेको तत्त्व पानीमा घुलनशील भएकाले गाँठा-गिर्खा, मासु, बोसो बढन दिन्न । रक्तकोष वृद्धि गर्छ । यसले निद्रा ल्याउँछ, रक्त आपूर्ति गराउँछ, शरीरका तन्तुहरूलाई सक्रिय राख्छ, मोटोपन घटाउँछ र हृदयाघातबाट बचाउँछ । यसले अर्बुद, मधुमेह, रक्तअर्बुद जीवनीयतत्त्वह्रास, दुब्लोपन, शारीरिक कमजोरी, शक्तिहीनता, निराश-दिक्दारीपन, अल्छीपन, कुपोषण, घाउ-खटिरा, रक्ताल्पता, रक्तरोग, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : च्याउ सुकुटीचूर्ण ३-१० ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, काँढापानी १ माना, रस/लेदो ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २४११. च्याउ तामा, ताम्रच्याउ, ताँबोच्याउ, Copper Mushroom

**चिनारी** : यो च्याउ तामा रङमा हुन्छ । यो हेर्दा तामासमान भएकाले ताम्रच्याउ भनिन्छ । यो लाम्चो झरीमा तामा खानीमा निक्लन्छ । तामा खानीका पुराना रुख, चट्टान, सुकेका वृक्ष, कुहिएका घाँस-पातमा यो उम्रन्छ । यो च्याउमा तामातत्त्व मिल्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवृद्धिदायक, वातपित्तनाशक, कफघ्न, रक्तविकारहर, ताम्रतत्त्वले ओतप्रोत, अर्बुदहर, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, पुष्टिकर, मूत्रल मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले एचआईभी/एड्स, यौनरोग, फोक्सो जलोदर, रसग्रन्थिको कमी, त्रिदोषविकार, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ, रक्तरोग, कुपोषण, मुख-जिब्रोको खटिरा, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, सुकुटी सुप/काँढापानी १ माना, ताजा पकाएको रससहितको तरकारी ३०-५० ग्राम २-३ पटक।

### २४१२. च्याउ खैरो-रातोमाथि भएको छत्ता, Field Mushroom, *Agaricus campestris* (Family : Agaricaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः चुना माटोमा उम्रन्छ। यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो ५-१० से.मि. अग्लो, छत्राकार, नरम-गिलो, पातको माथि खैरो-रातो डाँठ हल्का कालो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : डाँठ र पात। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद पकाएपछि मीठो काँचोमा खल्लो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, मूत्रल, पित्तनाशक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, अर्शोघ्न, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, ज्वर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्रकृच्छ्र, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, उदरशूल, स्मृतिदायक, मुखपाक, नाभी पाक्ने, जिब्रोका बिबिरा, कब्ज, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोले/रस/काँढापानी १ गिलास, तरकारी पकाएको/बफाएको/उसिनेको २०-५० ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४१३. च्याउ, संस्वेदज शाक, सर्पछत्र, छतोना, छाता, Mushroom, *Agaricus campestris* (Family : Agaricaceae)

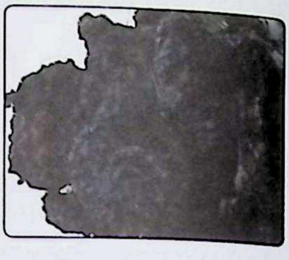
**चिनारी** : च्याउ यो धर्तीमा लाखौं उम्रन्छन्। यो सबै हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ। यो मरुभूमिदेखि हिउँसम्म, जल-स्थल-चट्टानमा पुरानावृक्ष र सुकेका ठुटाहरूमा, माटोमा जीवांश कुहिएका स्थानमा, हरेक बोट-बिरुवामा जहाँ पनि उम्रन्छ। यो वर्षादको लाम्चो झरीताका घर-खेत-वनभरि च्याउ नै च्याउ उम्रन्छ। अनायास र अकस्मात नयाँ अति नौला अनेक रङ्गीबिरङ्गी च्याउहरूको वर्षा नै हुन्छ। केही च्याउ महामारीका रूपमा आउँछन् र छिट्टै हराउँछन्। चिस्यान ढुङ्गा, काठ, सुकेको झारपात इत्यादिमा असंख्य पैदा हुन्छन्। केही यस्ता मानव स्वास्थ्योपयोगी च्याउहरू छन् जो निश्चित समय, स्थान, देश, काल, परिस्थितिअनुसार उम्रन्छन् र लाम्चो समयसम्म रहन्छन्। खान नहुने विषजन्य च्याउहरूमा वातावरणमा रहेका विषहरूको सञ्चय हुन्छ, केही विषालु जातका प्राणीहरूका संसर्ग बन्छ। यसैले खाने प्रचलनमा रहेका च्याउ भन्दैमा सबै खान हुँदैन। च्याउ छुनै/खानै/हेर्नै नहुने भन्ने अज्ञानताको पराकाष्ठाबाट माथि उठेर अध्ययन-अनुसन्धान गरिरहनुपर्छ। कुन च्याउले के काम गरी कति लाभ पाइयो ? त्यसको विश्लेषण गर्नु आवश्यक भइसकेको छ।

### २४१४. च्याउ दही, दही च्याउ, दधि, Curd Mushroom

**चिनारी** : यो विशेष गरी बंगको खानी भएको वा पुराना रूख, ढुङ्गा, सुक्खा-क्षारीय माटोमा पाइन्छ। यो च्याउ दहीसमान सेतो, दहीसमान स्वाद र बास्ना हुन्छ। लाम्चो झरी-वर्षादमा वनमा खोज्दा सर्वत्र मिल्छ। यो रसिलो च्याउ हो। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, हृदयहितकारी, पित्तनाशक, मूत्रल, मृदुरेचक, स्मरणशक्ति दायक, अर्शोघ्न, रक्तवर्द्धक, पेटको रोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कडा भएको मुटु-मिर्गौला, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अर्श, कब्ज, रक्तस्राव, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ, पेट पोल्ने-पित्तरोग, कडा शरीर-सङ्कोचक मांसपेशी भएको, तनाव, मानसिक बिरामी,

पागलपन, मूर्च्छा-अपस्मार, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पकाएको रससिहतको २०-५० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, च्याउसुकुटी पकाएको काँढापानी १ माना, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २४१५. च्याउ कत्ले, Flaky Bark Mushroom

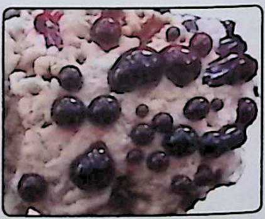


**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ । यो बूढापाका वृक्षहरूमा मिल्छ । यो कालो रङको ढुसी बढदै जान्छ र ठूलो ढिक्का भएर रूखमै रहन्छ । यो कालो देखिन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, व्रणरोपक, क्षयरोग र हृदयरोगमा लाभदायक, विषघ्न, जीवनीयतत्त्वरक्षक, रक्तशोधक, चर्मरोगहर, पित्तदोषनिवारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मुटुवात, दुबी, दाद, कुष्ठ, दम, खोकी, कलेजोरोग, श्वासरोग, उदरशूल, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्क्रमणकारीरोग, मधुमेह, एच.आई.भी./एड्स, गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका घाउ, विषप्रभाव, ज्वर, हृदयरोग, आमवात, जोर्नीवाथ, पक्षाघात, क्षयरोग, कुपोषण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, रस/काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४१६. च्याउबारे गलत धारणा, Wrong Concept about Mushroom

१) स्वाद गुलियो भए विष हुन्न, २) चाँदीले च्याउ छुँदा चाँदी कालो हुने, ३) कीरा मर्दैनन भने मानिसले खान मिल्छ ४) विषालु च्याउको टुप्पो तिखो, ५) विषालु च्याउले भात रातै पार्छ, धेरैबेर पकाएपछि मात्र खान हुने, ६) फलानो पशुपंक्षी नमरेपछि खान मिल्छ, ७) च्याउ खानेबित्तिकै नमरेको, ८) बास्ना आउँछ, ९) गन्ध दिन्छ, १०) नशा-मदकारक हुन्छ, ११) परपराउँछ, १२) कोक्याउँछ, १३) वाकवाकी लाग्ने-टाउको दुख्ने, १४) तीतो-टर्रो लाग्छ, १५) पीरो हुन्छ, १६) खाएकै च्याउ त हो नि, १७) रङ्ग उस्तै छ मात्र विष हुँदैनन भन्ने इत्यादि गलत धारणाहरू समाजमा व्याप्त छन् । यो यस्तो-उस्तो भनी च्याउ छुट्याउन धेरै मानिसलाई साह्रो-गाह्रो पर्छ । प्रेतात्माको बास कुहिनै लागेको च्याउमा बस्छ भन्ने धारणा व्याप्त छन् । कतिपय च्याउ केही दिनपछि स्वतः माटिन्छ । कुनै च्याउले निश्चित दिनपछि किटाणु-विषाणु संकलन गर्न लाग्छ । केही च्याउ हेर्दाहेर्दै क्षणभरमा रूप परिवर्तन गर्छन् । नजरअन्दाज गरी छुट्याउन धेरै मानिसले सक्दैनन् । अतः स्थानीय च्याउ पहिचान गर्ने स्थानीय पाको कृषक विज्ञ हुनुपर्छ ।

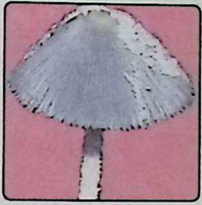
### २४१७. च्याउ रगते, रक्तच्याउ रान, Blood Mushroom



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो गर्मी हावापानीमा वर्षादतिर कालो माटोको वनमा सुकेको रूखको जरा/ठुटामा भेटिन्छ । यो उम्रेको ३० दिनमा परिपक्व हुँदा गाढा रातो हुन्छ । कलिलोमा सेतो बिस्तारै पहेँलो हुँदै रातो रङमा बदलिन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो प्रतिरक्षात्मक, शक्तिवर्द्धक, क्षार र अम्ल व्यवस्थापक, हृदयहितकारी, विजातीयद्रव्य निष्कासक, रक्तदवर्द्धक, गतिशील अङ्गरक्षक, अर्बुदहर, प्राणशक्तिदायक, सर्वरोगहर, पुष्टिकर मानिन्छ । **प्रयोग हुने भाग** : सबै अङ्ग । **औषधीय उपयोग** : यसले मानवीय स्वास्थ्यलाई अत्यावश्यक धेरै तत्त्वहरू प्राप्त हुन्छ । यसमा रहेको पोलिस्याकराइडतत्त्व पानीमा घुलनशील भएकाले गाँठा-गिर्खा, मासु, बोसो बढन दिन्न । रक्तकोष वृद्धि गर्छ । यसले निद्रा ल्याउँछ, रक्त आपूर्ति गर्छ, शरीरका तन्तुहरूलाई सक्रिय राख्छ, मोटोपन घटाउँछ र हृदयाघातबाट बचाउँछ । यसले अर्बुद, मधुमेह, रक्तअर्बुद जीवनीयतत्त्वह्रास, दुब्लोपन,

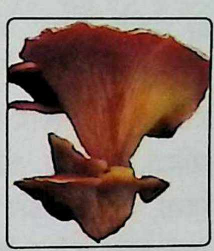
कमजोरी, शक्तिहीनता, निराशा- दिक्दारीपन, अल्छीपन, कुपोषण, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, च्याउ सुकुटी काँढापानी १ माना रस/लेदो ५-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक।

### २४१८. च्याउ चाँदी, चाँदीच्याउ, रजन, Silver Mushroom



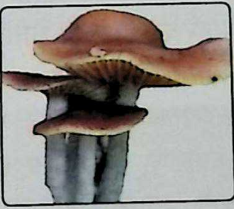
**चिनारी** : यो चाँदीसमान च्याउ चाँदीका खानी भएको स्थानमा पाइन्छ। यो पुराना रूखमा, ढुङ्गामा, ठुटामा, कुहिएको दाउरामा उम्रन्छ। यो उज्वर सेतो र वर्षादको अँध्यारो झरीमा निक्लन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अवस्थास्थापक, त्रिदोषशामक, हृदयपुष्टिकर, अर्बुदहर, रक्तवर्द्धक, रसायन, रजवीर्यवर्द्धक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मुटुरोग, रक्ताल्पता, हाडको रोग, मिर्गौलारोग, दुब्लो, दम-खोकी, अर्बुद, वात, कफ, पित्त, रजःवीर्यको कमीमा लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : रससहितको पकाएको तरकारी २०-५० ग्राम, सुकुटी काँढापानी १ माना, चूर्ण ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २४१९. च्याउ तामोखानीको, ताम्रच्याउ, ताँबोच्याउ, Copper Mushroom



**चिनारी** : यो च्याउ तामा रङमा हुन्छ। यो हेर्दा तामासमान देखिएकोले ताम्रच्याउ भनिन्छ। यो लाम्चो झरीमा तामा खानीमा निक्लन्छ। तामा खानीका पुराना रुख, चट्टान, सुकेका वृक्ष, कुहिएका घाँस-पातमा यो उम्रन्छ। यो च्याउमा ताम्रतत्त्व मिल्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवृद्धिदायक, वातपित्तनाशक, कफघ्न, रक्त विकारहर, ताम्रतत्त्वले ओतप्रोत, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, फोक्सो जलोदर, रसग्रन्थिको कमी, त्रिदोषविकार, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका अर्बुद, मधुमेह, रक्तअर्बुद, जीवनीयतत्त्वह्रास, दुब्लोपन, कमजोरी, निराशा, अल्छीपन, कुपोषण, रजःवीर्यदोष, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ५-१० ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, सुकुटी सुप/काँढापानी १ माना, ताजा पकाएको रससहितको तरकारी ३०-५० ग्राम २-३ पटक।

### २४२०. च्याउ चामत्कारिक, Magic Mushroom



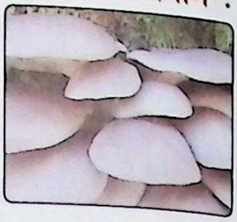
**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा दुर्लभै पाइन्छ। यो विभिन्न रङको, अनेक आकारको वर्षादमा र हिल्यान-चिस्यानमा हुन्छ। यो आकर्षक, शोभा दिने र मनोरञ्जक हुन्छ। यो प्रकृतिमा स्वयम उम्रन्छ। यो क्षणभरमा अनेकौं रूप र रङ दिन्छ। यसको स्वाद मीठो-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मदकारक, निद्राजनक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, अतिश्रमहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, विषघ्न, व्रणरोपक, बलकारक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अनिद्रा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पक्षाघात, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रगतको कमी, विषप्रभाव, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, मासिकअधर्म, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तरकारी ३०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

### २४२१. च्याउ कालो-खैरो, फणस अलम्बी, कुकुरमुत्ताच्याउ, Oyster Mushroom, *Agaricus ostreatus*

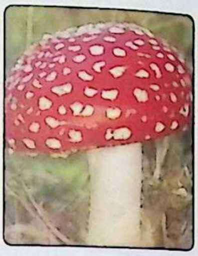
(Family : Agaricaceae)

**चिनारी** : यो हरेक हावापानीमा पाइन्छ। यो रूखको कोढ भनिन्छ। यो स्वेदज जातिको छत्रक कुलको कुकुरमुत्ता च्याउ मरेको पुरानावृक्ष कटहर, अमिली, बबुल, बाँझ इत्यादिमा उम्रन्छ। यो मरेको-कुहिएको-सडेको

काठमा धेरै मिल्छ । यो कालो-खैरो, मैलो-ध्वाँसे वर्णको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सङ्ग्राहक, कफनिस्सारक, सङ्कोचक, अर्बुदहर, रक्तस्तम्भक, फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अतिसार, रक्तातिसार, प्रवाहिका, उदरशूल, रक्तस्राव, हैजा, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मुखपाक, गला-घाँटीको रोग, गर्भाशय सुन्निने-खस्ने, फोक्सो/श्वासनलीशोथ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/काँढापानी १ गिलास, धूलो ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।



**२४२२. च्याउ जादुइ, मारकच्याउ, Seto Tike Redmagic Mushroom, Killer Mushroom, *Amanita muscaria*** (Family : Amanitaceae)

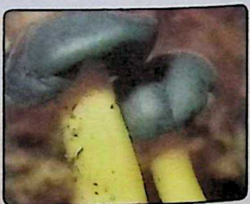


**चिनारी :** यो संसारको हरेक-हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ अङ्गुल अग्लो, छाता रातो टिकटिके सेतो, डाँठ सेतो, नरम र रसदार हुन्छ । यसको स्वाद मीठो-टर्रो तथा मात्रा धेरै भयो भने उत्तेजक र मारक हुन्छ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसलाई शास्त्रीयविधिले विष शुद्ध गरी औषधि बनाउन सक्नुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, बलकारक, उत्तेजक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अस्थिपोषक, मदकारक, शिरमण्डल रोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, उन्माद, हाडको रोग, रक्तरोग, विषप्रभाव, अनिद्रा, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्तदोष, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, गृध्रसी, आन्द्राको घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** पकाएको तरकारी ३०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा, चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास २-३ पटक ।

**२४२३. च्याउ घत, नुन छर्केर खाने, Eating Mushroom with Salt, Friend Salty Mushroom**

**चिनारी :** यो २000-४५00 मिटरको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो असार-असोजमा उम्रन्छ । यो खैरो रङको च्याउ ३-५ इन्च अग्लो, छत्राकार हुन्छ । यो नुन छर्कने र काँचै खाने च्याउ हो । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, हृदयहितकारी, मृदुरेचक, स्मरणशक्तिदायक, अर्शोघ्न, रक्तविकारहर, उदररोगनाशक, रक्तवर्द्धक, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले कडा भएको मुटु-मिर्गौला, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, अर्श, कब्ज, रक्तस्राव, सङ्ग्रहणी, आन्द्राका घाउ, पेट पोल्ने-पित्त रोग, कडा शरीर, तनाव, मानसिक बिरामी, पागलपन, मूर्च्छा-अपस्मार, कुपोषण, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** पकाएको रससिहतको २०-५० ग्राम, चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी/क्याप्सुल २-३ वटा, च्याउसुकुटी पकाएको काँढापानी १ माना, अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२४२४. च्याउ हरियो टोपी, हरितशिरवस्त्र, Chicken Lips Mushroom, *Leotia viscosa*** (Family : Leotiaceae)



**चिनारी :** यो हर हावापानीमा झरी परेको बेलामा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, च्याउ पहेँलो डाँठ, हरियो टोपी-शिरझैँ हुन्छ । यो आकर्षक देखिन्छ । यो २-३ हप्तामा हराउँछ, सुक्छ । यो प्रकृतिमा आफैँ उम्रिरहेको हुन्छ । यसको स्वाद मत्मत्याइलो-मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यो शोधन गरी सुकाएर खानुपर्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो मदकारक, निद्राजनक, वेदनाशामक, वातहर, पुष्टिकर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, शिरमण्डलको रोगमा उपयोगी, तृप्तिकारक, आनन्ददायक, तनावहर, अतिश्रममा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अनिद्रा, पागलपन, तनाव, स्मृतिह्रास, अशान्ति,

घाउ-खटिरा, पक्षाघात, स्नायुरोग, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्तरोग, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, अपस्मार, अर्बुद, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : तरकारी २०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा, लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक।

**२४२५. चितिनोझार, चितिनी, Pink Field Centaury Plant, *Centaurium centaurioides* (Family : Gentianaceae)**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको खेतबारीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल सेतो रङको, फल लाम्चो कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गला-घाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

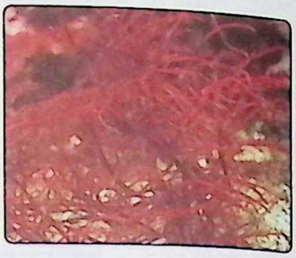
**२४२६. चिनो, पेन्टगुल, काटोकामटो, Dalbergia Tree, *Dalbergia multiflora* (Family : Fabaceae)**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो कण्टकयुक्त बोट लहरासमान लहरिन्छ। बोक्रा कालो बाहिर र भित्र रातो वर्णको, पात अमिलीसमान संयुक्त, रातो चोप निस्किरहन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, झाडी हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो केही टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, मेदहर, पित्तनाशक, वातव्याधिहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तप्रकोप, रक्तदोष, रक्तरोग, प्रदर, प्रमेह, मोटोपन, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, डन्डीफोर, दादुरा, जनैखटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास।

**२४२७. चित्रे, पीतपत्थरसुबा, गन्धे पहेँलो, Gallant Soldier, Quick Weed, *Galinsoga parviflora* (Family : Asteraceae)**

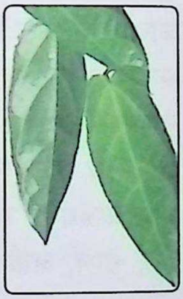
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा सर्वत्र मिल्छ। यो १-३ फिट अग्लो, रोमश, पात चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो केशर पहेँलो, फूल छिप्पिएपछि तेलीय बीजको फेद काला हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद तितो-हल्का मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले हृदयरोग, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, सुजाक, कुष्ठ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, उदररोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगत कमी, पत्थरी, मधुमेह, प्रदर, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा, बीज ३-५ ग्राम, साग २०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २४२८. चिनाइघाँस रातो, पाचिलंका, **Sea Red Weeds, Japanise Isinglass,** ***Gracilaria lichenoides*** (Family : Gracilariaceae)



**चिनारी** : यो समुद्री हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १-३ फिट अग्लो, पञ्जाकार पात, फूल थुङ्गामा पहेँलो- हरियो फुल्ने केशर रातो, गोलाकार फलभित्रगुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । स्वाद मिठो-तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुणधर्मकर्म** : यो चर्मरोगहर, रक्तश्राव नियन्त्रक, रोचक, अग्निकारक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सन्तानदायक, गर्भपोषक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, बुद्धिवर्द्धक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गर्भपात, निःसन्तान, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कफज्वर, दम, खोकी, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, रक्तविकार, गृध्रसीवात, मेरुदण्डदर्द इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २४२९. चिरपोटी, कुंतली, पिण्डावलीलता, **Bandolier Fruit Plant,** ***Zanonia indica*** (Family : Cucurbitaceae)



**चिनारी** : यो लता उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-५० फिट लामो लहरो, पात लाम्चो गाढा हरियो, फूल थुङ्गामा पहेंलो वा सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्रगुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म**: यो कृमिमारक, शोथघ्न, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, वातपुष्टिकर, अर्बुदहर, वेदनानाशक, ज्वरनिवारक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, मेदहर, वातहर, विरेचक, चर्मरोगहर, यौन/रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदरशूल, आमवात, रक्तस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, मधुमेह, सुजाक, चर्मरोग, ज्वर, मोटोपन, पत्थरी, अधिकपित्त र कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, अङ्गशोथ, रक्तरोग, दम-खोकी, पक्षाघात, सन्निपात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस १०-३० ग्राम, पिठो १-३ ग्राम., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २४३०. चित्रक निलो, निलो चित्रक, **Cape Lead Wort, Plumbago Palnt,** ***Plumbago capensis*** (Family : Plumbaginaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २००० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३-१० फिट अग्लो, पात आयाताकार-लाम्चो, निलो फुल्ने, फल लाम्चो कोसामा भित्र मसिना तेलीय बीजहरू, जरा लामा धेरै खैरा हुन्छन् । बीज पाकेपछि च्यापच्याप लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर,

व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, केशसंवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, कलेजो सुक्ने, गलाघाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, छालाको रोग, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, रक्तचाप, मधुमेह, पित्तज्वर अम्लपित्त, आन्द्राको घाउ, कपाल झर्ने वा फुल्ने वा खुइलिने इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, ३-५ पटक ।

### २४३१. चिरबल, राजन, पिण्डावली, Choy or Chya Root Plant, *Hedyotis umbellata* (Family : Rubiaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो वर्षाकालमा खेती गरिन्छ । १-३ फिट अग्लो, लाम्चो पात, फूल थुङ्गामा सेतो फुल्ने, गोलाकार फलभित्रगुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको जरा कमलो सुन्तले वर्णको जसबाट रङ बनाउने चलन छ । स्वाद तीतो-टर्रो र स्वभाव उष्ण । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, वातपुष्टिकर, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्बुदहर, वेदनानाशक, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक, वातहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ-खटिरा, अर्श, सङ्ग्रहणी, रक्तपित्त, मधुमेह, सुजाक, समस्त ज्वर, मोटोपन, पत्थरी, अधिकपित्त, कमलपित्त, अम्लपित्त, उदरकृमि, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, रक्तरोग, दम-खोकी, घाउ, उदरदाहा, श्वासप्रकोप इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., रस १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २४३२. चिमल बैजनी-गुलाबीमा सेतो, चराइला, चिरायलु, चिमुरा, Himalayan Chimal Small Tree, *Rhododendron campanulatum* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २८००-४८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ८-१५ फिट अग्लो, पात बाक्लो लाम्चो, फूल गुलाबी/बैजनीमा माथि सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, फुफ्फुसहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, अर्शोघ्न, सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदरशूल, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, रगतविकार, मुखका घाउ, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ अङ्गशोथ, रक्तचाप, मधुमेह, आउँ-पखाला, दम-खोकी, अर्श, हैजा, अर्बुद, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, शिरशूल, मानसिकरोग, मस्तक अर्बुद, स्मृतिह्रास, ज्वर, अर्धकपाल दुख्ने, छालाको रोग, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : पुष्पअत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पातस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो १-२ ग्राम ३-५ पटक ।

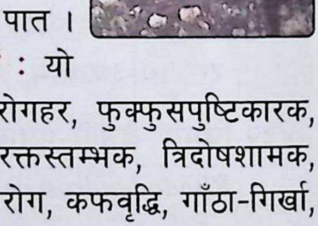
### २४३३. चिमाल सेतो वा गुलाबी, चिमल सेतो वा गुलाबीफुल्ने, Himalayan White or Pink Chimal

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात गोला, जेठ-भाद्रमा सेता वा गुलाबी फुल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातनाशक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, कण्ठशोधक, केशरक्षक, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मधुमेह, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ- खटिरा, गलाघाँटीको रोग, मुखपाक, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, गर्भाशयरोग, गानोगोला, विषमज्वर, कामला, ज्वर, पाण्डु, पित्तरोग, रक्तपित्त, रक्तविकार, चक्कर आउने, प्रदर, प्रमेह, कुपोषण, सङ्ग्रहणी, टाउको दुख्ने, आउँ-अतिसार, अम्लपित्त, अग्निमन्द, रक्तचाप पेटरोग, छारे-मृगी, रुघा, पिनास, मधुमेह, दम-खोकी, गला-घाँटी दुख्ने-सुन्निने, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई २-५ र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४३४. चिमाल सेतो, Rhododendron White, Plant Himalayan White Chimal Tree

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २५००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । माघदेखि जेठसम्म ठूला घण्टाकारका सेतो फूलमा लामो सुँड भएका भँमरा, हिमाली भिरेमौरीले पुष्परस यथेष्ट मात्रामा सङ्ग्रह गर्दछन् । यो फूलको चरण क्षेत्रमा पुष्परस वसन्तऋतुको नसालु मह विश्वप्रसिद्ध छ । यसको पुष्परस मिश्रण हिमाली लाग्ने मत्मताउँदो मह रसैरसको महाराजा भनिन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १२-२४ फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल सेतो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बोक्रा र पात । स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो-मिठो, बोक्रा टर्रो-तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुक्फुसपुष्टिकारक, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, शोथ, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गृध्रसी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, छालाको कडापन, अनुहारको विकृत रूप, डन्डीफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४३५. चिलबिल, कालीपाडी, पूर्तीकरञ्ज, Charel Tree, Kanji Plant, *Holoptelea integrifolia* (Family : Ulmaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५०-७० फिट अग्लो, बोक्रा ध्वाँसे, पात आयाताकार-लाम्चो, फूल भुप्पामा हरियो-पहेँलो, फलभित्र एक तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मिठो, अन्य भाग टर्रो, पात हल्का केही बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर,

मूत्रल, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, कृमिमारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, पेटका कृमि, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, अण्डवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, उरुस्तम्भ इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ ५० तथा पातस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २४३६. चिम्टिनी लहरो, चिम्टी, Chimti Vine

**चिनारी** : यो लता उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो हाँगा काटेर सानो टुक्रा रोपी धेरै फैलाउन सकिन्छ। यो २०-१०० फिट लामो लहरो, पतझर पात चेप्टो, फूल विभिन्न फुल्छ, फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। स्वाद तीतो केही टर्रो र स्वभाव शीतल-शामक। **प्रयोग हुने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, वातहर, मूत्रल, पत्थरीनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तदोषहर, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग : यसले** ज्वर, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तचाप, सर्वरक्तदोष, चर्मरोग, मासिकअधर्म, मूत्ररोग, मिर्गौलापत्थरी, पित्तरोग, रक्तपित्त मधुमेह, पित्तपत्थरी, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, प्रदर, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, हैजा, रक्तस्राव, मुख सुक्ने, मुख-जिब्रोको घाउ, प्रमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : ताजा टुक्रा चुस्ने-चपाउने, काँढापानी १ माना, चूर्ण/स्वरस/लेदो ३-५ ग्राम, सत्त्व १-३ ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४३७. चिप्लेबोट, हृदयहितकारीवृक्ष, Saliva Tree

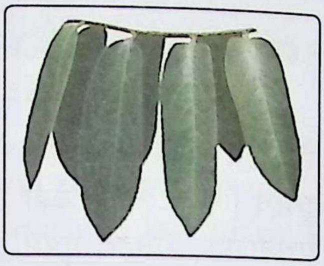
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने उत्तम घाँसे वनस्पति हो। यो १५-३० फिट अग्लो, पहेँलो बास्नादार पुष्प, पात लाम्चो चुच्चो, गोलाकार गेडा पाकेपछि काला हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-चिप्लो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, दर्दनाशक, रेचक, नेत्रज्योतिप्रदायक, अस्थिपोषक, कफनिस्सारक, वातहर, कृमिमारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, यकृतपुष्टिकर, रक्तरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शाररीक कमजोरी, रगतको कमी, अतिश्रमको दर्द, टाउको दुख्ने, कलेजोरोग, गानोगोला, पित्तरोग, पत्थरी, रक्तचाप, रक्तपित्त, ज्वर, रक्तविकार, पित्तवृद्धि, अर्बुद, अर्श, रक्तरोग, मोटोपन, उदरकृमि, गाँठा-गिर्खा, पेटसम्बन्धीरोग, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, आउँ, प्रदर आदि सन्चो गर्छ। यसको दूधले दुखाइ सन्चो गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अत्तर ५ थोपा, अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, जरा टुक्रा टोक्ने/चुस्ने ३-५ पटक।

### २४३८. चित्रेबाँस, Chitra Bamboo Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यसको गाँठाहरू नरम हुन्छन्। बाँसको भित्र सेतो लेसिलो पदार्थ वंशलोचन वा पानी हुन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो हुन्छ। यो चित्रा-भकारी बुन्नेमा प्रयोग हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। यसको स्वभाव उष्ण हुन्छ र स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, अर्बुदहर, कण्ठशोधक, अस्थिसन्धानक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, पत्थरीहर, मूत्रल, विषघ्न, उदररोगनाशक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, टन्सिल, कफग्रस्त समस्या, दम, चिसो गानो-गोलो,

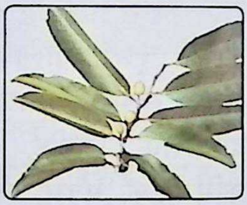
पेटको घाउ, हैजा, हाड-ढाडका रोग, शारीरिक दर्द, सुन्निएको, गर्भाशयशोथ, कुपोषण, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पित्तपत्थरी, मिर्गौलापत्थरी, वीर्यपत्थरी, अधिकपित्त, हैजा, ज्वर, शिरदर्द, पिनास, अर्धकपाली, खोकी, रक्तविकार, उदरशूल, हर्ष, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वंशलोचन ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २४३९. चिल्ला, चिल्हक, चिलारा, छिल्ला, Toothed Leaf Chilla Plant, *Casearia tomentosa*



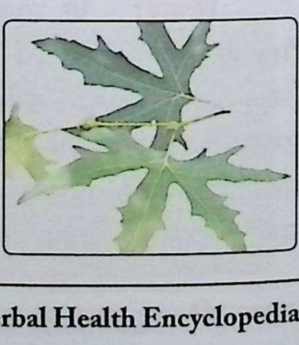
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ५-१० फिट अग्लो, पात आयाताकार-लाम्चो, फूल झुप्पामा हरियो-पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र गुदीमा लटपटिएको तेलीय राता बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मिठो, अन्यभाग टर्रो, पात हल्का केही बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, दन्तदर्दहर, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, कृमिमारक, त्रिदोषशामक, रक्तरोगहर, पत्थरीनाशक, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, पेटका कृमि, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, दाँत दुख्ने, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४४०. चिल्ला ठूलो, चिल्हक, चिलारा, सप्तचक्र, Toothed Leaf Chilla, *Casearia esculenta* (Family : Salicaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, पात आयाताकार-लाम्चो, फूल झुप्पामा हरियो-पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र गुदीमा लटपटिएको तेलीय राता बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद फल मिठो, अन्यभाग टर्रो, पात हल्का केही बास्ना आउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, चर्मरोगहर, दन्तदर्दहर, अग्निकारक, स्त्रीधर्मपालक, कृमिमारक, यकृतपोषक, रक्तरोगहर, पत्थरीनाशक, शोथघ्न, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, मधुमेहहर, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तविकार, चर्मरोग, मूत्ररोग, मन्दाग्नि, कष्टार्तव, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आउँ-पखाला, रक्तदोष, पेटका कृमि, रक्तरोग, पत्थरी, अर्श, उदरशूल, पित्तवृद्धि, दम-खोकी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, दाँत दुख्ने, मधुमेह, कलेजोरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१०ग्राम, फल ३-१० वटा, काँढापानी/रस १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

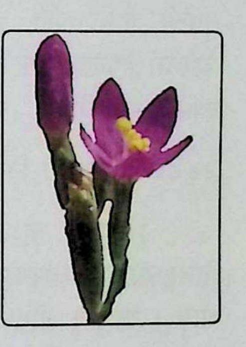
### २४४१. चिनार, चनार, बुइन, बुंज, Oriental Plant, *Platanus orientalis* (Family : Plantanaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ८०-१२० फिट अग्लो, पञ्जाकार त्रिशूले पात, फूल थुङ्गामा पहेँलो-हरियो फुल्ने केशर रातो, फल गोलाकार काँडादार काष्ठमयभित्र बीजहरू हुन्छन् । । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक,

रक्तशोधक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, मेदहर, दन्तदर्दहर, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, चर्मरोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, अर्श, अधिक रजश्राव, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, अर्बुद, रक्त-पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजचूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, चोप/खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४४२. चिराइतोझार कालीमसिनु खेतको, Pink-Centaury, Field Centaury, *Centaurium centaurioides* (Family : Gentianaceae)

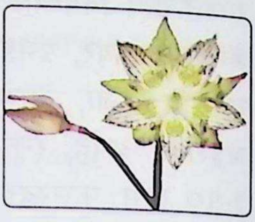


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको खेतबारीमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल निलो वा बैजनी रङको केशर सुनौलो फुल्ने, फल लाम्चो कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, उच्चरक्तचाप, आन्द्राको खटिरो, गला-घाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, मोटोपन इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४४३. चिराइतो पोथी लेकतिते, चिरतिक्ता, किराततिक्ता, खुल्पी, Black Stem Swertia Plant, Tigta (Am), *Swertia chirayita*

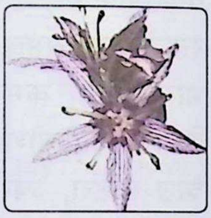
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको १८००-३८०० मिटरमा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषजविकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको चिया खाने प्रचलन छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४४४. चिराइतो शिरलिङ्गे बहुरङ्गी चिराइतो, Chiraita Plant, *Swertia dilatata* (Family : Gentianaceae)



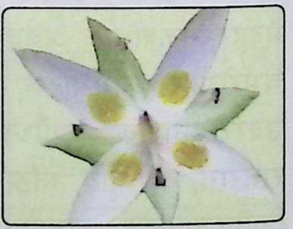
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको १८००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतोमा वहुरङ्गी, बालामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, नववात नाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, त्रिदोषज विकार, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम १-३ पटक ।

### २४४५. चिराइतो निलो तारे, Star Swertia, Felwort Plant, *Swertia perennis* (Family : Gentianaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ । यो १०-६० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो, फूल निलो तारा आकारको, फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १० ग्राम १-३ पटक ।

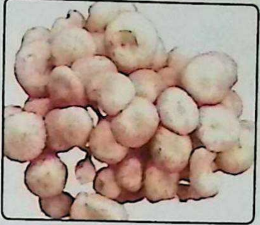
### २४४६. चिराइतो प्वाँखे, पंखचिराइता, Winged Stem Chiraita Plant, *Swertia alata* (Family : Gentianaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३६०० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० से.मि. अग्लो, डाँठ पंखाभैँ, पात चेप्टो, फूल चारपत्रक विभिन्न रङ्गीन, बालामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, यकृतपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, पत्थरी, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, कामला-हेपाटाइटिस

इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम १-३ पटक।

### २४४७. चिलाउनेच्याउ, घ्याङसिङमुगान, **Bagale Chyau, Cluster Mushroom**

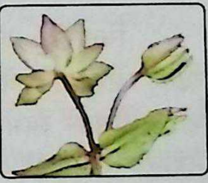


**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सेतो वर्णको वैशाख-असोजतिर मिल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ॠतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, रगतविकार, कटिवात, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, स्नायुगत-नसाको कमजोरी, हृदयरोग, धातुरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, असाध्यरोग, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रगतको कमी, पक्षाघात, रजःवीर्यदोष, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### २४४८. चिराइतो छिर्केमिर्के फूल, बहुरङ्गीचिराइता, **Half Leaf Chiraita Plant,** ***Swertia cordata***

(Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात चेप्टो, फूल सेतोमा वहुरङ्गी, बालामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १० ग्राम १-३ पटक।



### २४४९. चिराइतो सर्पजिब्रे, गर्मीतिते, हाँगेचिराइता, **Mamejava, Snake Tounge Chiraita,** ***Enicostemma littorale***

(Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो नदीकिनार, समुन्द्री तथा गर्मी जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात सर्पजिब्रोसमान लाम्चो, फूल सेतो वा हरियो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर,

मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, पत्थरी, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम १-३ पटक ।

**२४५०.चिराइतो लाखे, पाखे लेक तिते, रक्तचिराइता, Gyatig (Am), Red Stem Swertia, *Swertia racemosa*** (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको ३०००-५००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, आमवात, रक्तरोग, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, पत्थरी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४५१.चिराइतो तिते सानो कालो, नानकाल लेक तिते, Small Black Swertia Plant, *Swertia* sp.** (Family : Gentianaceae)

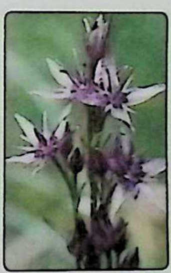
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, कालो रङको डाँठ पात चेप्टो, फूल हरियो-पहेँलो, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, ज्वर, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजोरोग, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४५२.चिराइतो केशर निलो-सेतो, निललेकतिते, Chag Tig (Am), *Swertia cuneata*** (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण जलवायुको ३८००-५८०० मिटरमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो, पात लाम्चो-चुच्चो, फूल सेतो, केशर निलो, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै

भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क २० र तेल/क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४५३. चिराइतो सेतो फुल्ने कलेजी दाग भएको, श्वेतनीरचिरतिक्ता, Bal Tig (Am), Ciliated Swertia Plant, *Swertia ciliata*** (Family : Gentianaceae)



**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३ फिट अग्लो, फूल सेतो बीचमा कलेजी दाग भएको, अण्डाकार कोसामा फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १० ग्राम ३-५ पटक ।

**२४५४. चिराइतो सेतो, लेकतिते सफेद, Swertia White Plant, *Swertia* sp.** (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट अग्लो,
डाँठ-फूल सेतो अण्डाकार कोसामा फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै
भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर,
मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न,
त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर,
आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष,
मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने,
कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, कामला-हेपाटाइटिस,
पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १
गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४५५. चिराइतो सेतो छिरबिरे फुल्ने, Double-Spotted Swertia Plant, *Swertia bimaculata*** (Family : Gentianaceae)

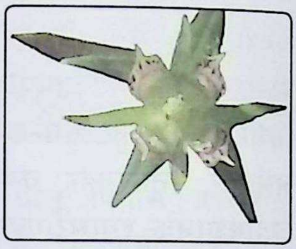
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो २ फिट अग्लो, डाँठ-हरियो, पात

फराकिलो चेप्टो-चुच्चो, फूल धब्बेदार छिरबिरे पाँचपत्रे, अण्डाकार कोसामा फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, आमवात, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, कामला-हेपाटाइटिस, पत्थरी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४५६. चिराइतो पहेँलो जरा हुने, लेकतिते छिर्केमिर्के-हरियो-पहेँलो-सेतो, Spotted Swertia Plant, *Swertia nervosa*

(Family : Gentianaceae)

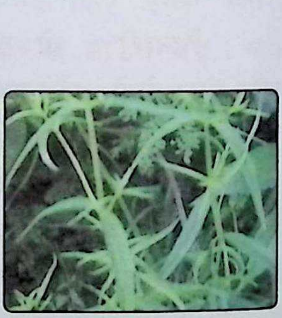
**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको १२००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, डाँठ हल्का रातो, कोसामा फलभित्र मसिना तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कामला-हेपाटाइटिस, पत्थरी, ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।



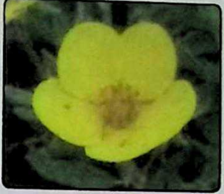
### २४५७. चिराइतो मसिनो डाँठ, मुस्ताङी चिराइतो, Zang Tik (Am), Yello Root Chiraita, *Swertia mussotii*

(Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो हिमाल पारीको मनाङ-मुस्ताङको जलवायुमा १०००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, डाँठ मसिनो, पात चेप्टो-चुच्चो, कोसामा फलभित्र तेलीय काला बीजहरू हुन्छन्। यो लोपोन्मुख वनस्पति हो। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, मूत्रल, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, कामला-हेपाटाइटिस, पत्थरी, रक्तरोग, पित्तवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दमखोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, कलेजो रोग, रक्तविकार, इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

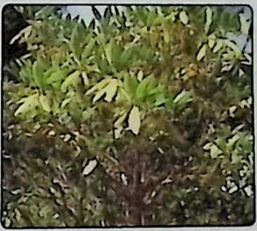


### २४५८. चिन्तुकफल, चिनिया, Shruby Cinquefoli Plant, *Dasiphora fruticosa* (Family : Rosaceae)



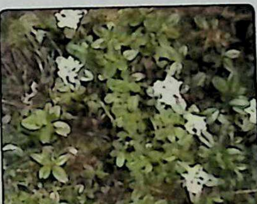
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको २४००-४८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सुनौलो, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातपुष्टिकर, बलकारक, रक्तवर्द्धक, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, सङ्ग्राहक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, गृध्रसी, पत्थरी, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्श, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, पाठेघर सुन्निएको/खस्किएको, जलोदर, मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, धातुको कमी, पखाला-आउँ, आन्द्राशूल, रक्तस्राव, मासी, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २४५९. चिमाल लामपाते, गौरांश, लम्बपत्रक बुराँस, Long Leaved Rhododendron Tree, *Rhododendron grandi* (Family : Ericaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-३२०० मिटरमा पाइन्छ। यो २०-५० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार लाम्चो, फूल खैरो-सेतो फुल्ने केशर कालो र पहेँलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मिठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, मधुमेह, अर्श, आन्द्राको घाउ दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ३-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

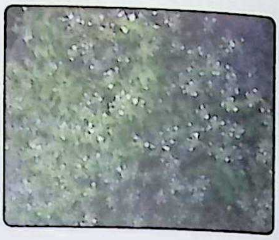
### २४६०. चिमालझार, हिमपाती सेतो फुल्ने, Himpati-Chimal Jhar Plant



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको ४०००-५५०० मिटरमा पाइन्छ । यो बास्नादार र सेतो झुस हुन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, पात गोला, जेठ-भाद्रमा सेतो फुल्छ, गोलो फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद बास्नादार टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, अर्बुदहर, वातनाशक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, पत्थरीहर, कण्ठशोधक, केशरक्षक, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, रक्तशोधक, वेदनानाशक अग्नि-उद्दीपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, मधुमेह, मासिकअधर्म, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, मुखपाक, उदरशूल, पित्तवृद्धि, अर्श, पत्थरी, जोर्नीवाथ, गर्भाशयरोग, गानोगोला, विषमज्वर, कामला, ज्वर, पाण्डु, पित्तरोग, रक्तपित्त, रक्तविकार, चक्कर आउने, प्रदर, प्रमेह, सङ्ग्रहणी, टाउको दुख्ने, आउँ-अतिसार, अम्लपित्त, अग्निमन्द, रक्तचाप, मस्तकशूल, छारे-मृगी, रुघा, पिनास,

मधुमेह, दम-खोकी, गला-घाँटी दुख्ने-सुन्निने, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, पत्रस्वरससुई २-५ र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४६१. चितु, चिता, कलमकटेलो, चितागान, चित्रक, White Leadwort, White Plumbago Plant, *Plumbago zeylanica* (Family : Plumbaginbaceae)**



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीको १८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ३-१० फिट अग्लो, पात चेप्टो-लाम्चो, सेतो फुल्ने, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू, जरा खैरोभित्र सेता हुन्छन् । बीज पाकेपछि च्यापच्याप लाग्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हल्का टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गलाघाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, अम्लपित्त, इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. र स्वरस १०-२० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

**२४६२. चिउराघाँस, बजिपुघाँस, Chiura Ghans, Bitten Rice Grass**

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो आधा-एक फिट भुइँमा लतारिन्छ, वरिपरि फैलिन्छ र गाँजिन्छ, पात चिउरासमान, रोमश, सेतो फुल्ने, जरा सेता हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबैभाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख- पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, हाड टुट्ने-फुट्ने-भाँच्चिएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा३-५ पटक ।

**२४६३. चित्लाडेझार जरा धेरै हुने, चित्त, चित्रे, Gallant Soldier Plant, *Galinsoga parviflora* (Family : Asteracae)**

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो १-३ फिट अग्लो, पात चेप्टो दन्तुर, फूल सेतो पाँचपत्रले घेरिएको, केशर पहेँलो, बीजहरू लाम्चो तेलीय काला, जरा धेरै सेता-खैरा हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक,

पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, मज्जावर्द्धक, आक्षेपहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ, पखाला, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४६४. चिलाउने पहँलो, पीतचित्कारी, Haozi Tree, Yellow Schima Tree, *Schima liukiuensis*

(Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ४०-८० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, सेतो फुल्ने पहेँलो केशर, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव फूल शीतल अन्य भाग गरम-उत्तेजक र स्वाद फूल मिठो, अन्यभाग तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, वातव्याधिहर, गर्भघातक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कलेजो/फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गला-घाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, मोटोपन-कोलेस्टोरल, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, मधुमेह, अम्लपित्त, उदरकृमि इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, पुष्पअत्तर ३-१० थोपा, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४६५. चिलाउने विशाल, चित्कारी, Schima Biggest Tree, Yellow Schima Tree, *Schima wallichii*

(Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १००-२०० फिट अग्लो, भालाकार पात लाम्चो, सेतो फुल्ने पहेँलो केशर, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव फूल शीतल अन्यभाग गरम-उत्तेजक र स्वाद फूल मिठो, अन्यभाग तीतो-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, वातव्याधिहर, गर्भघातक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कलेजो/फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गला-घाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, मासिकअधर्म, मोटोपन-कोलेस्टोरल, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, मधुमेह, अम्लपित्त, उदरकृमि इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ५ र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चोप/भस्म/खोटो २-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४६६. चिमाल निलो, Takma Singya (Am), *Rhododendron campanulatum* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २८००-४००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १५-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल हल्का निलो-सेतो केशर पहेँलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बोक्रा र पात। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो-मिठो, बोक्रा टर्रो-तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, त्रिदोषशामक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, रगतविकार, मुखजिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, पेट पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ, पखाला, सुक्खा दम-खोकी, नेत्र कमजोरी मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, डन्डीफोर, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ। यो फूल काँचै खाने चलन छ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २४६७. चिमलो, चिमाल सुन्तले फुल्ने, Himalayan Best Flower Tea, *Rhododendron cinnabarinum* (Family : Ericaceae)

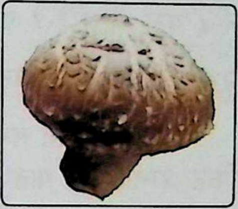
**चिनारी** : यो ठन्डा हावापानीको १८००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, पात आयाताकार-चेप्टो, बास्नादार फूल घण्टी आकारका सुन्तले फुल्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो केही टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणशक्तिदायक, अर्बुदहर, पित्तनाशक, रक्तरोगहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, यकृतपुष्टिकर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, विषघ्न, अग्निकारक, पत्थरीहर, कण्ठशोधक, यौनरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले यौनरोग, अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, मधुमेह, अर्श, उदरशूल, कलेजोज्वर, गानोगोला, रक्तचाप, मधुमेह स्नायुशूल, दर्द, स्नायुतन्तु लुलो, कमजोर शरीर, चोटपटक, रक्ताल्पता इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४६८. चिमाल ठूलो, चिमली, Naradpokhari Rhododendron, *Rhododendron cinnabarinum* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-३५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ४० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल वैशाख-जेठतिर सेतो फुल्दछ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बोक्रा र पात। स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल टर्रो-मिठो, बोक्रा टर्रो-तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसपुष्टिकारक, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक,

रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, अर्श, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, आमवात, रगतविकार, मुखजिब्रोका बिबिरा, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, सुख्खा दम-खोकी, मिर्गौला-मुटुरोग, डन्डीफोर, दाग, छालारोग, प्रदर, मासिकअधर्म, हैजा, सङ्ग्रहणी, घाँटी दुख्ने, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो फूल काँचै खाने चलन छ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४६९. चिलाउने च्याउ फुस्रो, घ्याङसिङमुगान, Red Bagale Chyau, Cluster Schima Mushroom



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो फुस्रो वर्णको च्याउ समूहगत वैशाख-असोजतिर मिल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो पकाएपछि अति स्वादिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, त्रिदोषशामक, रजःवीर्यसुधारक, हृदयहितकारी, ऋतुधर्मनियामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, अस्थिसन्धानक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्बुद, रक्तरोग, कटिवात, जोर्नीवाथ, रक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, स्नायुतन्तुगत कमजोरी, नपुंसकता, क्षयरोग, सङ्ग्रहणी, रक्तको कमी, हाड-ढाडको रोग, रक्तस्राव, मूत्ररोग, जोर्नीवाथ, हृदयरोग, ठोक्किएको-मर्किएको, ज्यानदर्द, पेट पोल्ने-दुख्ने, आन्द्रा सङ्कुचन, दुब्लोपन, रगतको कमी, स्नायुरोग-पक्षाघात, मुटुको ढिलो/छिटो चाल, रजःवीर्यदोष, जीर्णरोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पाकरससुई ५ र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-५ ग्राम, भुटुवा-साग/धूलो-दाल/सुकुटी-तरकारी २०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

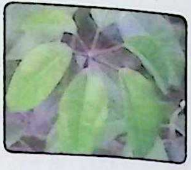
### २४७०. चिमाल अति सेतो फुल्ने, चमक चिमली, White Butter Rhododendron, *Rhododendron fortunei*

(Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको २०००-३२०० मिटरमा पाइन्छ । यो २०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पात आयाताकार लाम्चो, फूल अति सेतो फुल्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण शामक र स्वाद मिठो-टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, पेटको समस्तरोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, विषघ्न, उन्मादहर, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक, त्रिदोषशामक, सङ्ग्राहक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, पित्तकफवृद्धि, जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, गानो, गाँठा-गिर्खा, स्नायुदुर्बलता, मुटुवात, दम, खोकी, मधुमेह, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, रक्तपित्त, गला-घाँटीका समस्या, हैजा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४७१. चिन्हे कालो, नडलेटा, चिन्तु, Self Introduction Black Tree

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, पात



गाढा हरियो-लाम्चो-आयाताकार, फूल हरियो-पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव कलिलो मुना र फूल शीतल र स्वाद मिठो-तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रगतको कमी, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम, कलिलो साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४७२. चिन्हेसाग, नाङ्लेसाग, नङलेटा, चिन्तु, Self Introduction Tree

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १५००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-६० फिट अग्लो, पात गाढा हरियो-लाम्चो-आयाताकार, फूल सेतो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव कलिलो मुना र फूल शीतल र स्वाद मिठो-तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तानाशक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, रजःवीर्यसुधारक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रगतको कमी, मधुमेह, रजःवीर्यदोष, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा, बीज ३-५ ग्राम, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४७३. चित्रेबन्सो कालो, गँगटे, कृष्णराम, Crab Plant, Black Finger-Grass, Black Fonio, *Digitaria iburua*

(Family : Poaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुको ५००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो २-५ फिट अग्लो, पात लामा र तिखा हुन्छन्, फूल बालामा खैरो फुल्छ र फूलका बाला ५-६ भागमा फैलिएका हुन्छन्, तेलीयबीज मसिना काला लाग्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, रजःवीर्यदोष, मूत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, कलिलो साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४७४. चित्रेबन्सो सानो कालो, चित्तवंशराम, **Black Crab Grass,** ***Digitaria* sp.** (Family :Poaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतेष्ण जलवायुको ४००-२००० मिटरमा पाइन्छ। यो १ फिट अग्लो, भालाकार पात लामा र तिखा, फूल खैरो, तेलीयबीज कालो, बाला गँगटोझैँ हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल स्वाद मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, अतिश्रमहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पत्थरी, रजःवीर्यदोष आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र स्वरससुई ५-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, कलिलो साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २४७५. चियार, रिगल, **Chiyar Tree**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो कालो र सेतो दुई प्रकारको हुन्छ। यो २०-४० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल पहेँलो, फलमा तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, वातव्याधिहर, गर्भघातक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, कलेजो/फुफ्फुसपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, कृमिमारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, गलाघाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, मासिकअधर्म, मोटोपन-कोलेस्टोरल, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, मधुमेह, अम्लपित्त, उदरकृमि इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., स्वरस १० ग्राम, भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २४७६. चित्रक कालो, कृष्णचित्रक, **Black Leavedwort, Black Lead Plant,** ***Plumbago auriculata*** (Family : Plumbaginaceae)

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको १८०० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो-चुच्चो, निलो फुल्ने, डाँठ केही कालो, रोमश, कोसामा फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन्। बीज पाकेपछि च्यापच्याप लाग्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद तीतो-टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो धातु-उपधातुशोधक, पारदशुद्धिकर, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, खोकी, टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, श्वासनली सुन्निने र सुक्ने, पत्थरी, चर्मरोग, पेट पोल्ने, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, अर्बुद, कलेजोको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तरोग, कलेजो सुक्ने, गलाघाँटीको रोग, गाँड, यौनरोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको खटिरो, बर्डफ्लु, स्वाइन्फ्लु, छालारोग,

मोटोपन-कोलेस्टोरल, पेटका घाउ, रक्तविकार, दाद, दुबी, कुष्ठ, लुत्तो, दादुरा, डन्डीफोर, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, पित्तज्वर, अम्लपित्त इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, ३-५ पटक।

### २४७७. चिट्चिटे, चटपटे बुटी, Chitchite Plant

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल निलो, तेलीय हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बीज, कलिलो मुना, बोक्रा। यसको स्वभाव उष्ण स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, अतिश्रमहर, अर्शोघ्न मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, पत्थरी, रजःवीर्यदोष, आउँ-पखाला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : कलिलो पातस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, कलिलो पात ३-५ वटा ३-५ पटक।

### २४७८. चिया नेपाली, Tea, *Camellia sinensis* (Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो चियालाई समय-समयमा वर्षमा दुई पटक काँटछाँट गरेर ४-५ फिटभन्दा अग्लो बनाएर राखिन्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, पात लाम्चो-चेप्टो, फूल सेतो, केशर सुनौलो, फल डल्लो, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक, केशरञ्जक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या, पक्षाघात, चर्मरोग, पागल जनावरको टोकाइ, यौनरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसले रक्तवाहिनीनली र रक्तसञ्चार प्रक्रियालाई व्यवस्थित गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा, बीज १-३ वटा १-३ पटक।

### २४७९. चिया लाम्चोपाते, ठूलो चियारूख, लाम्पाते चिया, Assam Tea, Big Tea Tree

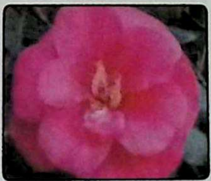
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो, फूल सेतो, केशर पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, सङ्कोचक, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** :

यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, सर्पदंश, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिका र पाठेघरको समस्या, असाध्यरोग, पक्षाघात, पागल जनावरको टोकाइ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। यसले रक्तवाहिनी नली र रक्तसञ्चार प्रक्रियामा व्यवस्थित गर्छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, तेल १० र अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो १-३ ग्राम, वटी १-३ वटा, बीज १-३ वटा १-३ पटक।

### २४८०. चिया फूल, चायपुष्प, **Tea Flower, *Camellia sinensis*** (Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-६० फिट अग्लो, पात लाम्चो-चेप्टो, फूल सेतो, केशर सुनौलो, फल डल्लोभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र टर्रो केही तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, विषघ्न, अग्निकारक, यौनरोगहर, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तरोग, रक्तविकार, रक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिरोग, चर्मरोग, यौनरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा १-३ पटक।

### २४८१. चिया चिह्नपुष्प, चिन्मय आकर्षक फूल, **Camelia Winter Flower, *Camellia japonica*** (Family : Theaceae)



**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ। यो १५-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो, सुगन्धदायक फूल रातो थुङ्गामा केशर सुनौलो, फल डल्लोभित्र तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र टर्रो केही तितो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, यकृतपुष्टिकर, श्वासरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, क्षयनाशक, उदररोगहर, चर्मरोगहर, रोगप्रतिरोधात्मक, अग्निकारक, यौनरोगहर, सङ्ग्राहक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले दम, खोकी, टन्सिल, गाँड, गलग्रन्थिरोग, रुघा, पिनास, फोक्सोशोथ, पत्थरी, चर्मरोग, गाँठा-गिर्खा, क्षयरोग, दाद, दुबी, कुष्ठ, अर्श, अर्बुद, ज्वर, रक्तविकार, रक्तचाप, आन्द्राको खटिरा, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, गलग्रन्थिरोग, चर्मरोग, यौनरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : अत्तर ५ थोपा, लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, काँढापानी एक गिलास, अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., भस्म/खोटो आधा एक ग्राम, वटी एउटा वटा ३-५ पटक।

### २४८२. चिचिण्डो परबल जत्रो, वनकैठा, वनेलु चचेण्डा, **Wild Snake Gourd Plant, *Trichosanthes anguina***

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट लामो लहरा, पात पञ्जाकार, फूल सेतो, फल ३-७ अङ्गुल लाम्चो-डल्लो टाटेपाटे रेखाभित्र सेतो गुदी र तेलीय बीजहरू, छिप्पएपछि लहरो चोपिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का चिप्लो ठस्स गन्हाउँछ पकाएपछि मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा

लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, कामोद्दीपक, मज्जावर्द्धक, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, पेट पोल्ने, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तरकारी ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

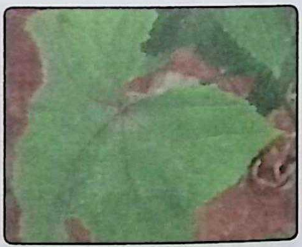
### २४८३. चिचिण्डा सर्पे, धेरै लाम्चो चचेण्डा, Snake Gourd Plant, *Trichosanthes cucumerina*

(Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको ४००-१८०० मिटरमा पाइन्छ । यो १०-५० फिट लाम्चो लहरा, पात पञ्जाकार वा हृदयाकार, फूल सेतो, फल ५-७ फिट लाम्चो सर्पझैं टाटेपाटे फलभित्र सेतो गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद हल्का चिप्लो ठस्स गनाउँछ पकाएपछि मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो शुष्कवातहर, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, अर्बुदहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, निम्नक्तचाप, रजःवीर्यदोष, पेट पोल्ने, प्रदर, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, पुष्पस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तरकारी २०-१०० ग्राम, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २४८४. चिप्लेभिँडी पहाडी, रामतोरिया, Hill Lady's Finger Plant, *Abelmoschus crinitus*

(Family : Malvaceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसले प्रतिरोपनी ५०० किलो ३-५ महिना उत्पादन दिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार, फूल पहेँलो, फल-डाँठ रोमश, भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिक रोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीजवटी २-३ वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४८५. चिप्लेभिँडी, रामतोरिया-पुसा, सावनी, पहेँलो चिप्लेभिँडी, Yellow Lady's Finger Plant, *Abelmoschus* sp. (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यसले प्रतिरोपनी ५०० किलो ३-५ महिना उत्पादन दिन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार, फूल पहेँलो, फल-डाँठ रोमश, भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्क/हृदयपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तरकारी २०-५० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४८६. चिप्लेभिँडी पार्वती, रामतोरिया बडा, Lady`s Finger Parbati, *Abelmoschus* sp. (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो दुई महिनामा पाक्छ र १०००-१२०० किलो प्रतिरोपनी उब्जनी हुन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात पञ्जाकार, फूल पहेँलो, फल-डाँठ रोमश, भित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, हृदय/बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, मेदमज्जावर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : तरकारी/साग ३०-१०० ग्राम, फल १-५ वटा, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र तेल १० मि.लि., बीजवटी २-३ वटा, बीजचूर्ण ३-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २४८७. चिमाल केशर पहेँलो टिके, चिमाली, White Rhodendron Plant, *Rhododendron wardii* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, यो १०-२० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल सेतो केशर पहेँलो रातो टिके रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र फूल । स्वभाव उष्ण र स्वाद फूल मिठो र बोक्रा टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ॠतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, मुख-

जिब्रोका बिबिरा, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, रक्तरोग, गलग्रन्थिको रोग, रक्तविकार, दाग, मुटुको कडापन र छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई १० र अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४८८. चिमाल रत्छाँया, चिमाली, White–Red Rhodendron Tree, *Rhododendron denudatum* (Family : Ericaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ३०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, यो १० -२० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, फूल सेतो-रातो रङको फुल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा र फूल। स्वभाव उष्ण र स्वाद बोक्रा टर्रो र फूल मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, फुफ्फुसहितकारी, शोथघ्न, वातहर, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, रक्तस्तम्भक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, गला-घाँटीको रोग, मुख-जिब्रोका बिमिरा, अर्श, टन्सिल, उदर शूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, दुख्ने, मधुमेह, ज्वर, कलेजोरोग-कामला-हेपाटाइटिस, आउँ-पखाला, सुक्खा दम-खोकी, मिर्गौला-मुटु सुक्खाराम, अर्बुद, रक्तरोग, रक्तविकार, छाला र मुटुको कडापन, छिटो धड्कन बढ्नेमा, रक्तस्राव, हैजा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : खोटो/चूर्ण/लेदो ३-१० ग्राम, पुष्पस्वरससुई ३-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २४८९. चिराइतो शीतोष्णको कलेजी, कलचिरतिक्ता, हिमाली कलतिते, Purple Stem Alpine Swertia Plant, *Swertia* sp. (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो शीतोष्ण हावापानीको ४०००-५६०० मिटरमा पाइन्छ। यो आधा-एक फिट अग्लो, डाँठ कलेजी, पात चेप्टा चुच्चो, कोसामा फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, यकृतपुष्टिकर, मेदहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक, अर्शोघ्न, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले ज्वर, आमवात, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम, खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, अतिसार, पेट दुख्ने, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, सरुवारोग, कलेजो रोग, रक्तविकार, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

### २४९०. चिकु लाम्चो, कुची, Long Sapota, Long Fruits Chiku Plant

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो, फूल खैरो सेतो-पहेँलो, पात आयाताकार, फल लाम्चो दूधेलोभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। यो सुन्दरवृक्ष सदा हराभरा रहन्छ।

यसको स्वाद अति मीठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, वातहर, त्रिदोषशामक, रक्तवर्द्धक, अति पुष्टिकर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, बलकारक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्ररक्षक, आयुर्वर्द्धक, तृप्तिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले स्मृतिह्रास, रक्ताल्पता, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, रक्तरोग, हाडको रोग, रजःवीर्य विकार, दम-खोकी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, घाउ-खटिरा, दाद, दाँत र आँखाको कमजोरी, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फल १-३ वटा, दूध ५-१० थोपा, लेदो/स्वरस/चूर्ण ५-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

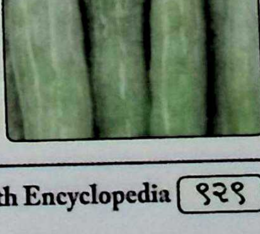
### २४९१. चिप्लीसाग, घृतशाक, Ghee Taste Leaf Plant

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो शाकवर्ग हो । यो २-३ फिट अग्लो, प्याजी फुल्ने, पात चेप्टो-आयाताकार, स-साना तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद मिठो-चिप्लो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, हृदयहितकारी, मूत्रल, अग्निवर्द्धक, व्रणरोपक, रेचक, रक्तवर्द्धक, बलकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, उदररोगमा उपयोगी, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, हृदयरोग, मूत्रकृच्छ्र, घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, रक्तस्राव, हैजा, रक्ताल्पता, मासिकअधर्म, पेट पोल्ने, ज्वर, अपच, अरुचि, पाचन संस्थान सुक्खा, मन्दाग्नि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** साग २०-१०० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, सलाद/चटनी ५-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४९२. चिचिण्डो कालोधर्के, कृष्णचिचिण्ड, कालाचिंचिडा, Black Snake Gourd Plant, *Trichosanthes cucumerina* (Family : Cucurbitaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो समशीतोष्ण जलवायुमा राम्रो खेती हुन्छ । यो लाम्चो धेरै फैलिने लहरो, पात ५-८ से.मि., खण्डित अनेक आकारका पहेँलो स्त्रीफूल १-५ फिट लाम्चो, फल कालो धर्का भएको सर्पसमान मोटोभित्र गुदी र तेलीयबीज हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, व्रणरोपक, बलकारक, उदररोगमा लाभदायक, स्त्रीधर्मपालक, रुचिकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अरुचि, अपच, मूत्ररोग, मूत्रकृच्छ्र, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कब्ज, उदरशूल, कृशता, रक्तदोष, पेट पोल्ने, अर्श, ज्वर, रक्तपित्त, पित्तवृद्धि, मधुमेह, कामला, कुपोषण, विषप्रभाव, शारीरिक दुर्बलता इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम, बीज वटी २-३ वटा, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २४९३. चिचिण्डो सेतो धर्का हुने, श्वेतचिचिण्ड, चिंचिडा, White Snake Gourd Plant, *Trichosanthes anguina* (Family : Cucurbitaceae)

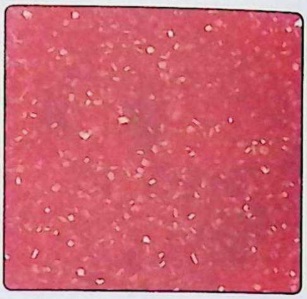


**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो धेरै फैलिने लामो लहरो, पात विभिन्न नापका ५-८ से.मि. लाम्चो खण्डित, सेतो फुल्ने, फल लाम्चो १-५ फिट, भित्र गुदी र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद तितो-केही मिठो र चिप्लो हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र बीज ।

**गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, हृदयहितकारी, व्रणरोपक, उदररोगमा लाभदायक, बलकारक, स्त्रीधर्मपालक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, रेचक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, रुचिकर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, कामला, ज्वर, पत्थरी, हृदयरोग, मासिकअधर्म, प्रदर, रक्तदोष, उदरशूल, कब्ज, अर्श, मूत्ररोग, रक्तस्राव, मुख-जिब्रोका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, विषप्रभाव, दुब्लो-पातलो रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ५०-१०० ग्राम, स्वरससुई ५-१०, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ५-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, बीजवटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २४९४. चिनी रातो घरेलु, रक्तसिताखण्ड, खण्डसिता, शर्कराखण्ड, Red Sugar, *Saccharum officinale*

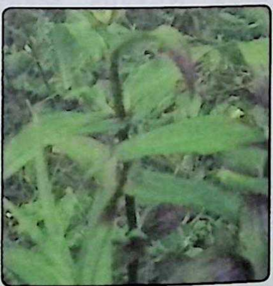
(Family : Poaceae)



**चिनारी** : यो उष्ण समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। रातो-कालो खुदोबाट रातो चिनी प्राकृतिक गुण-धर्म-कर्मअनुसार बन्दछ । मंसिर-पुसमा परिपक्व उखुरसलाई पकाएर कुनै रासायनिक तत्त्व नराखी फिँज हटाएर शुद्ध पारी रक्तवर्णको सर्वोत्तम अमृत चिनी प्राकृतिक बन्दछ । करोडौं-अर्बौं खर्च गरी सेतो रासायनिक चिनी स्वास्थ्यको अलच्छिनी, बजारको अचिनी अप्राकृतिक उत्पादनको जरुरी थिएन । रातो दानादार चिनी बनाउन धेरै सस्तो पर्छ । सानो उद्योगले थोरै लगानीमा धेरै उत्पादन उच्चगुणस्तरीय पोषणजन्य चिनी अति महँगोमा विश्वबजारमा पुऱ्याउन सकिन्थ्यो । उखु खेती गर्नेले पकाउन सक्छन् घरमा नै किन्नेहरू आउँथे । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद गुलियो धेरै मीठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : विनारासायनिक मिश्रणको शुद्ध चिनी स्वादिष्ठ, रुचिकारक, अग्निकारक, मीठो मधुर, मूत्रल, पोषक, पित्तनाशक, बलकारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, कटुदोषहारक, तृप्तिकारक, ऋतुस्रावनियामक, रजःवीर्यसुधारक, पित्तज्वरनिवारक, शक्तिवर्द्धक, भिटामिन-कार्बोहाइड्रेटको श्रोत मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्ताल्पता, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, मुखसुक्ने, गलामा खाना अडिकने, मुख-जिब्रोलगायत पाचनप्रणाली घाउ-खटिरा-सुक्खाराम, मूत्रकृच्छ्र, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, रक्तदोष, शारीरिक कमजोरी, धातुस्राव, प्रदर, मासिकअधर्म, अरुचि, अजीर्ण, पित्तजसमस्या, गर्मीपित्तज्वर, दुब्लाउँदै जाने, भस्मकरोग, उदरजलन, पेट पोल्ने, तनाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : ३-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २४९५. चिराइतो रातोडन्डीको सेतोफुल्ने, नेपाले हैमतिक्ता, Red Stem-White Flower, *Swertia* sp.

(Family : Gentianaceae)



**चिनारी** : यो १८००-२८०० मिटरमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ-मसिना हाँगाहरू, पात सानो लाम्चो भालाकार टुप्पो तिखो, फेदका पात ठूला र माथिका साना, फूल हरियो-पहेँलो रङको बैजनी आभा, अण्डाकार फलभित्र मसिना तेलीयबीजहरू काला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मेदहर, पित्तपत्थरीहर, पित्तनाशक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, रक्तदोषहर, व्रणशोधक, कृमिमारक, ज्वरघ्न, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजो रोग, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, तनाव, शिरमण्डलको गर्मी, पित्तपत्थरी, ज्वर, मोटोपन, अर्बुद, घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दुबी, दाद, चिलाउने, दादुरा, जनैखटिरा, मिर्गौलापत्थरी, रक्तरोग, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम,

काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ३०-५० मि.लि., पात/मुन्टा ३-५ वटा, डाँठ टुक्रा १-२ वटा, बीज/भस्म/खोटो १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा ३-५ पटक।

### २४९६. चिनेको, चिनिया घाँस, Knowngrass

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात गोलाकार, कमलो हाँगाहरू, सेतो फुल्ने, फलहरूमा तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो-हल्का अमिलो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, मृदुरेचक, उदररोगमा उपयोगी, वातहर, पित्तनाशक, पित्तज्वरहर, नेत्ररक्षक, शिरमण्डल पुष्टिकर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, स्मृतिह्रास, आउँ-पखाला, पेटको रोग, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, कब्ज, पिसाब खलास नहुने, आमवात, ज्वर, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/स्वरस/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग ३०-५० ग्राम रससहित २-३ पटक।

### २४९७. चित्रेबन्सो बाँसपत्रे झुसे, Crabgrass Hairy Plant, *Digitaria ciliaris* (Family : Poaceae)

**चिनारी** : यो वर्षायु, सदा-सर्वत्र पाइन्छ। यो १-२ फिट अग्लो, खैरो फुल्ने कार्तिकतिर मसिना दाना कनिकाझैं सेता तेलीयबीज हुन्छन्। पशुहरूलाई घाँस खुवाइन्छ भने पाकेपछि बीजलाई सङ्कलन/भण्डारण गरी शुद्ध कनिके अन्नका रूपमा प्रयोग गरिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यसको बीज शीतल, पाचक, अग्निवर्द्धक, वातहर, दर्दहर, कफनाशक, फुफ्फुसपुष्टिकर, पित्तनाशक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मन्दाग्नि, आन्द्राका घाउ, रजःवीर्यको तरलता-पातलोपन, निम्नरक्तचाप, रगत कम, भोकको समस्या, पित्तरोग, कुपोषण, पित्तवृद्धि, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, आमवात, दम, खोकी, फोक्सो र गर्भाशयशोथ, कटिवात, पक्षाघात इत्यादि सन्चो गराउँछ। बीज र जरा चुस्नाले विशेष लाभ पुऱ्याउँछ। **मात्रा** : बीज ३-५ ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, बीज वटी ३-५ वटा, बीजखीर एक कचौरी ३-५ पटक।

### २४९८. चिराइतो जिब्रे, लेकतिते, चिरतिक्ता, किराततिक्त, खालु, खुप्ली, तिम्ता, सुङखिङवा, Swertia Purple Liver Tonic Plant, *Swertia chirayita* (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो नेपाल सयौं चिराइतोले चिनिएको छ। यो ३-५ फिट अग्लो, डाँठ मोटो र बलियो हरेक आँख्लाबाट पात र हाँगा पलाउँछ, जिब्रोसमान पात ५-७ से.मि. लाम्चो र १-२ से.मि. चौडा, फूल हरियो/पहेंलो/प्याजी हुन्छ र क्याप्सुलसमान अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू स-साना प्रशस्त हुन्छन्। व्यबहार-प्रयोगमा धेरै आउने यो पोथी चिराइतो भनेर चिनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, डाँठ र जरा। स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, रक्तविकारहर, मेदनाशक, पित्तहर, पत्थरी र मधुमेहमा उपयोगी, कृमिमारक, कुष्ठहरण, मुदुरेचक, पाचनशक्तिप्रदायक, रक्तश्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, अर्बुद, समस्त ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त सबै हेपाटाइटिसहरू, कुष्ठ, दुबी, दाद, लुत्तो, दादुरा, कब्ज, अर्श, रुघा, खोकी, पेटका कृमि, पित्तवृद्धि, अमिलो पानी आउने, रक्तश्राव, क्षय, मोटोपन, गर्मीपित्त रोग, हैजा, विषप्रभाव, सङ्क्रमणकारी रोग इत्यादि सन्चो गराउँदछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो

५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ६० मि.लि., खोटो १ ग्राम, भस्म १ ग्राम, क्याप्सुल/वटी २-३ वटा २-३ पटक।

**२४९९. चिउरी, चिउरा, Butter Tree, *Diploknema butyracea*** (Family : Sapotaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा २००० मिटरसम्मको भीर पाखामा पाइन्छ। यो विशाल रूख पात लाम्चो ठूलो, मङ्सीर-माघ थुङगोमा सेतो फुल्ने, असार साउनमा पाक्नेभित्र बीजमा घ्यू हुन्छ। छोरीलाई चिउरी दाइजो दिने प्रथा चेपाङ परिवारमा अझै हुनु र अन्यले महत्त्व नबुझ्नु विचित्रै छ। यसको फूलमा माहुरी ओइरिन्छन् र रस दुईमासभर लैजान्छन्। स्वाद फूल, तेल र फल मीठो, बोक्रा टर्रो। स्वभाव उष्ण-शामक र स्वाद मीठो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सर्वाङ्ग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पेट शुद्धिकर, बलवर्द्धक, रजवीर्यजनक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तविकारहर, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, वातहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले छालारोग, रगतको कमी, रजःवीर्यविकार, मासिकअधर्म, दुब्लो, क्षयरोग, पित्तवृद्धि, कुपोषण, आन्द्राको घाउ-खटिरा, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, दम, खोकी, कडा छाला हुने, दाग, छाला चिरिने-फुट्ने, आमवात, छाला र कपालको चाया, फुस्रोपन, कुपोषण, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ। तेल सुक्खाराम कडा शरीरमा मालिस गरी नरम बनाउँछ, तेल/घ्यूको कमीलाई आपूर्ति गराउँछ। पाकेको फलले शक्ति बढाउँछ, रगत भरिन्छ, कब्ज र अर्श हटाउँछ, आन्द्राको घाउ-अल्सर सन्चो पार्छ। पात पशूलाई दिँदा दूध पोसिलो र घ्यू धेरै लाग्छ। यसको फूल मौरीले चुसेको च्युरी मह तनादार-च्यापच्याप लाग्ने र पाचनशक्ति मजबुत पारी बल बढाउँछ। फूल चुस्दा र फलको घ्यूले मोटाइन्छ। **मात्रा** : स्वरस/लेदोचूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल वा घिउ, १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल १०० ग्राम, खोटो/चोप/भस्म १-३ ग्राम, क्याप्सुल/वटी २-३ वटा २-३ पटक।

**२५००. चिराइतो पोथी कालीडाँठकी, लेकतिते, चिरतिक्ता, किराततिक्त, खालु, खुप्ली, तिम्ता, सुङखिङवा, Swertia Black Liver Tonic Plant, *Swertia chirayita*** (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो नेपाल सयौं चिराइतोले चिनिएको छ। यो २-५ फिट अग्लो, काली डाँठ मोटो र बलियो हरेक आँख्लाबाट पात र हाँगा पलाउँछ, पात ५-७ से.मि. लाम्चो र १-२ से.मि. चौडा, फूल हरियो/पहेँलो/प्याजी/बैजनी/कलेजी हुन्छ र क्याप्सुलसमान अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू स-साना प्रशस्त हुन्छन्। व्यवहार-प्रयोगमा धेरै आउने यो पोथी चिराइतो भनेर चिनिन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, डाँठ र जरा। स्वाद तीतो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, ज्वरनिवारक, रक्तविकारहर, मोटापननाशक, पित्तहर, पत्थरी र मधुमेहमा उपयोगी, कृमिमारक, कुष्ठहरण, मुदुरेचक, पाचनशक्तिप्रदायक, रक्तश्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजोरोग, अर्बुद, समस्त ज्वर, पत्थरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, रक्तपित्त, अम्लपित्त, कमलपित्त-हेपाटाइटिसहरू, कुष्ठ, दुबी, दाद, लुत्तो, दादुरा, कब्ज, अर्श, रुघा, खोकी, पेटका कृमि, पित्तवृद्धि, अमिलो पानी आउने, रक्तश्राव, क्षय, मोटोपन, गर्मीपित्त रोग, हैजा, विषप्रभाव, सङ्क्रमणकारी रोग इत्यादि सन्चो गराउँदछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो २-३ ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १ ग्राम, क्याप्सुल/वटी २-३ वटा २-३ पटक।

### २५०१. चिरौँजी पोथी, खरस्कन्द, चारोली, प्रियाल, पयाल, Cuddaph Almond Tree, *Buchanania lanzan* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो १२०० मिटरसम्मको गर्मी क्षेत्रमा पाइन्छ । यो मझौला आकारको रूख ४०-५० फिट अग्लो, आयाताकार पात बाक्लो लाम्चो-चाक्लो, चाम्रो, पुरानो रूखमा चोप, फूल हरियो सेतो अर्धगोला दुई भागमा बाँडिएको, हरियो फल पाकेपछि निलो-कालो, गोलाकार फलभित्र चेप्टो तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चोप र फल । **गुण-धर्म-कर्म** : यसको फल गुलियो, स्वादिलो, वातव्याधिनाशक, रजःवीर्यजनक, पुष्टिकर, बलवर्द्धक, रगतवृद्धिकारक, वातहर, वेदनानाशक, कफघ्न, व्रणरोपक, शोथघ्न, अस्थिपोषक मानिन्छ । कागजीबदामझैँ आफ्नो विशेष शक्ति दिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले जोर्नीवाथ, शरीरदर्द, सुन्निने, हाडको रोग, प्रदर, पाठेघर खस्ने, मेद-मज्जा नबन्ने, दुब्लो, आउँ-पखाला, कुपोषण, सन्धिशोथ, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, कटिवात, गृध्रसी, धनुर्वात, रगतको कमी, दम, खोकी, फोक्सो, गर्भाशयशोथ, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १०-१५ ग्राम फल, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., चोपवटी १-२ वटा, ग्राम, बीज ५-१० वटा, बीज वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### २५०२. चिप्लेभिँडी, रामतोरिया, Lady's Finger Plant, *Abelmoschus esculentus* (Family : Malvaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको हरेक माटोमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, थुङ्गामा फूल सेतो, फल लाम्चोभित्र सेता तेलीय दाना हुन्छन् । वैशाख-जेठमा रोपेर ३ महिनादेखि ६ महिनासम्म खाइन्छ । यसमा प्रशस्त रेसा र चिफ्लोपन हुन्छ । यसको स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज, पात, जरा, फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अस्थिपुष्टिकर, पाचक, पेटशुद्धिकर, बलवर्द्धक, पित्तहर, मूत्रल, मृदुरेचक, वेदनानाशक, वातहर, कफघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, अस्थिपोषक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले कब्जियत, सुक्खा आन्द्रा, हर्षा, ग्यास्टिक रोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, हाड-ढाडको रोग, हृदयरोग, रक्ताल्पता, अर्श, सुक्खा दम-खोकी, रजःवीर्यविकार, पेट भत्भती पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, अजीर्ण, दुब्लाउँदै जाने, सुकेनाश, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, फल, काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० मि.लि., चोपवटी २-३ वटा, ग्राम, बीज ५-१० वटा, साग ३०-१०० ग्राम, बीज वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

### २५०३. चिलाउने रातो, चिलौनी, चित्कारी, तुङ्ग, Guger Red Tree, *Schima wallichii* (Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो ८००-२२०० मिटरसम्मको समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने ६०- १५० फिटसम्म अग्लो, काण्ड खस्रो, बोक्रा रातो, पात बाक्लो चेप्टो चुच्चो, फूल सेतो केशर पहेँलो बास्नादार, गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज चेप्टो हुन्छ । स्वाद टर्रो, केही पिरो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो चर्मरोगहर, गर्भपातक, कफनिस्सारक, कृमिमारक, अर्बुदहर, मेदहर, शोथघ्न, उत्तेजक, विषघ्न, पित्तनाशक, उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूढगर्भ, अर्बुद, कफवृद्धि, कफग्रस्त खोकी-दम, कुष्ठ, दुबी, दाद, लुत्तो, जनैखटिरा, दादुरा, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, पेटका जुका, आउँ-पखाला, अर्श, उदररोग पित्तवृद्धि, विषप्रभाव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा तेल १० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-३ ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा ३-५ पटक ।

### २५०४.चिराके बास्नादार धान, Chirake Rice

**चिनारी** : यो १३०० मिटरसम्ममा खेती हुने धान हो । यो पूर्वी नेपालका धेरै जिल्लामा खेती गरिएको पाइन्छ । यो कम फल्ने जातको धान असारमा रोपण गरी मंसिरमा पाक्छ । यो दाना मसिनो छेउ-छेउमा कालो बाला लाम्चो बास्नादार हुन्छ । घरायसी खानाका लागि कतै रोप्ने प्रचलन छ । स्वभाव शीतल-शामक र स्वाद मीठो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल-बीज, ताजा डाँठ जरा, फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पुष्टिकर, पाचक, पेटशुद्धिकर, पित्तहर, मूत्रल, मृदुरेचक, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, अस्थिपोषक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पेटका घाउहरू, पित्तरोग, कब्जियत, अर्श, रक्तपित्त, खटिरा, ग्यास्ट्रिक सुक्खा आन्द्रा, हर्षा, ग्यास्टिक रोग, आन्द्राको घाउ-खटिरा, शारीरिक कमजोरी, हाड-ढाडको रोग, हृदयरोग, रक्ताल्पता, अर्श, रजःवीर्यविकार, पेट भत्भती पोल्ने, पित्तवृद्धि, कामला, रक्तपित्त, अजीर्ण, सुकेनाश इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : टुँडो/चूर्ण ३-१० ग्राम, नलपेय/काँढापानी १ माना, क्वाथ १०० र अर्क ५० मि.लि., भात ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५०५. चिराइतो सेतो-निलो फुल्ने, गोरखफूल, अबचिरेता, तीताखाना, समाल Bicolor Violet Plant, *Exacum tetragonum* (Family : Gentianaceae)

**चिनारी** : यो १५००-२५०० मिटरको ठन्डा जलवायुमा पाइन्छ। यो चिराइतोसमान १-२ फिट अग्लो, निलो-सेतो फुल्ने चारपत्र भएको, पात लाम्चो भालाकार, पुष्प छिप्पिएपछि मसिना तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो यकृतपुष्टिकर, पित्तनाशक, रक्तशोधक, मेदहर, कृमिमारक, पत्थरीहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कलेजो रोग, पित्तवृद्धि, पत्थरी, अमिलो पानी आउने, कमलपित्त, ज्वर, मोटोपन, रक्तपित्त मधुमेह, उच्चरक्तचाप गाँठा-गिर्खा, मुख-जिब्रोका घाउ इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३- ५ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, क्वाथ ५० र अर्क २० तथा तेल १० मि.लि., भस्म/खोटो १-२ ग्राम, पात १-३, बीज आधा-एक ग्राम, डाँठ/जरा टुक्रा १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २५०६. चिया सुनौलो केशर हुने, कालचाय, चविका, चाह, Tea Black Plant, *Camellia sinensis* (Family : Theaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, काण्ड कालो, सदा हराभरा, गाढा हरियो, लाम्चो-चेप्टो पात, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, चेप्टो त्रिकोणीय गेडाभित्र दुई तेलीय बीज हुन्छन् । चिया फुल्ने-फल्ने समय मंसिर-चैत्रसम्म हो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनाशक, स्वेदकारक, पाचक, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, वातप्रकोपक, रक्तशोधक, कण्ठरोगहर, मूत्रल, चर्मरोगनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक, मेदहर मानिन्छ । यो बोट ३-५ फिटको बनाएर काटदै सानै पारिन्छ । नयाँ कोपिला/पात पलाउँदै गरोस भन्ने उद्देश्यका साथ खेती गर्नेहरूको प्रयत्न हुन्छ । हरियो २-३ पाते चियापत्ती निकै उपयोगी र महङगो हुन्छ । **उपयोगी अङ्ग** : पात, फूल र बीज । **औषधीय उपयोग** : ताजा अथवा हावामा सुकेको हरियो पातको काँढापानीले गला-घाँटी दुख्ने-सुन्निने, कण्ठक्षत, मुखका घाउ, खोकी, सुजन, उदरशूल, रक्तविकार, शरीर फुल्ने, मोटोपन, चिसो-कफविकार र पित्तविकार, पत्थरी, स-साना गाँठा-गिर्खा, दम, टन्सिल, अर्बुद, ज्वर, पित्तवृद्धि, श्वासनली र फोक्सो सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : हरियो धूलो ३-५ ग्राम, १ गिलास

काँढापानी, रातो-कालो चिया १ गिलास, पत्तावटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० र केशरस्वरससुई २-१० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, ताजारस १०-१५ ग्राम ३-५ पटक ।

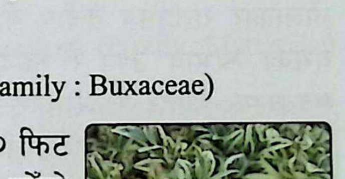
### २५०७. चिया सुइरे चाय, बालचविका, चाह, **New Niddle White Leaf Tea,** ***Camellia sinensis*** (Family : Theaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा सर्वत्र पाइन्छ । यो बोट ३-५ फिटको बनाएर काटदै सानै पारिन्छ । नयाँ कोपिला/पात पलाउँदै गरोस भन्ने उद्देश्य हुन्छ । हरियो २-३ पाते सुइरे चियापत्ती निकै उपयोगी र महङगो पर्छ । यो काटीकुटी पारिएको सदा हराभरा, गाढा हरियो, लाम्चो-चेप्टो पात, सेतो फुल्ने केशर सुनौलो, चेप्टो त्रिकोणीय गेडाभित्र दुई तेलीय बीज हुन्छन् । चिया फुल्ने-फल्ने समय मंसिर-चैत्रसम्म हो । यसको जब सुइरे सियोसमान पात निक्लन्छ तब संकलन गरिन्छ । यो हावामा सुकेपछि सेतो वर्णको हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफपित्तनाशक, स्वेदकारक, पाचक, श्वासप्रश्वास व्यवस्थापक, वातप्रकोपक, रक्तशोधक, कण्ठरोगहर, मूत्रल, चर्मरोगनाशक, विजातीय द्रव्यनाशक, अर्बुदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक, मेदहर मानिन्छ । **उपयोगी अङ्ग :** सुइरेपात । **औषधीय उपयोग :** ताजा अथवा हावामा सुकेको हरियो पातको काँढापानीले गला-घाँटी दुख्ने-सुन्निने, कण्ठक्षत, मुखका घाउ, खोकी, सुजन, उदरशूल, रक्तविकार, शरीर फुल्ने, मोटोपन, चिसो-कफविकार र पित्तविकार, पत्थरी, स-साना गाँठा-गिर्खा निक्लने, दम, टन्सिल, अर्बुद, ज्वर, पित्तवृद्धि, श्वासनली र फोक्सो सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** हरियो धूलो ३-५ ग्राम, १ गिलास काँढापानी, रातो-कालो चिया १ गिलास, पत्तावटी २-३ वटा, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ १०० र सुइरेपत्रक स्वरससुई २-१० मि.लि., भस्म १-२ ग्राम, ताजारस १०-१५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५०८. चिकडीवृक्ष, सन्दुक रूख, **Box Wood Plant,** ***Buxus sempervirens*** (Family : Buxaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-३० फिट अग्लो, झाडी धेरै फैलिने, ४५ से.मि. ब्यास भएको, दुवैतिर गएका चेप्टो पात, पहेँलो फुल्ने, गोलाकार फल ओदाने तीनचोसो भएको, भित्र कालो तेलीयबीज र जरा पहेँलो हुन्छ । स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, ज्वरनिवारक, कृमिमारक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, मूत्रल, शोथघ्न, दर्दहर, दन्तदर्दहर, चर्मरोगहर, यौनरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले जोर्नीवाथ, ज्वर, सन्धिशोथ, कफग्रस्त दम-खोकी, दाँतदर्द, कुष्ठ, सुजाक, दाद, गृध्रसी, दुबी, दादुरा, ज्वर, अर्श, वायु-गानो, सुन्निएको र दुखेको, पिनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, खोटो/भस्म/लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी १-२ वटा २-३ पटक ।

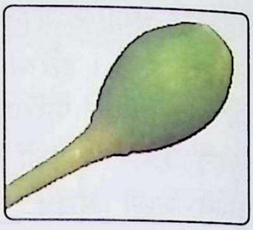
### २५०९. चिक्रासी, चिकरासी, तैमारेङ, **Chittagongwood Tree,** ***Chukrasia tabularis*** (Family : Meliaceae)



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, विशाल वृक्ष, दुवैतिर गएका पात चेप्टो ठूलो, कोपिला रातो र फूल हरियो-पहेँलो फुल्ने, अण्डाकार फलभित्र तेलीयबीजहरू हुन्छन् । यसको स्वाद टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अर्बुदहर, गर्भाशय सङ्कोचक, रक्तशोधक, मेदहर, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, क्षयरोग र श्वासरोगहर, दर्दहर,

उदररोगमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आउँ-पखाला, रक्तस्राव, हैजा, अर्श, मासिकअधर्म, मोटोपन, कफग्रस्त खोकी-दम, क्षयरोग, जलोदर, फोक्सोशोथ, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, गर्भाशयशोथ, सङ्ग्रहणी, गानो, अर्बुद, रक्तदोष, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चोप/भस्म/खोटो १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २५१०. चिरिंडी, Folisa Plant, Chirindi Tree, *Neolitsea umbrosa* (Family : Lauraceae)



**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सानो रूख, पात लाम्चो-फराकिलो, पहेँलो फुल्ने, गोला/चेप्टा तेलीयगेडो हुन्छ । यसको स्वाद मिठो-परपराउने-केही टर्रो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, उत्तेजक, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, जलपोषक, दर्दनाशक, शोथघ्न, कृमिमारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले दादुरा, जनैखटिरा, लुत्तो, भैँसेदाद, पैसेदाद, दम, खोकी, पिनास, फोक्सोशोथ, चिलाउने, दाद, कुष्ठ, जलोदर, अङ्गशोथ, अर्श, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, पेटका कृमि इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : यसलाई पिसेर लगाउने, बाफ लिने, लेपन गर्ने, शुद्ध गरी लेदो/चूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी १ कचौरा, तेल/अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### २५११. चिल्लोपाते, काँडेचुम्लानी, Skimmia Plant, *Skimmia* sp. (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २०००-४५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, १०-३० फिट अग्लो, सेतो फूल बास्नादार, चिल्लोपात चेप्टो केही लाम्चो, फल गोलाकार रातोभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, अर्शोघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धिमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५१२. चीनीचोबलता, वनघोचुवा, उशवा वनको, Wild Hill Sarsaparilla Plant, *Smilax macrophylla* (Family : Smilacaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १०-३० फिट लाम्चो लहरा, काँडादार, पात चेप्टो चुच्चो, फूल हरियो-पहेँलो, फलभित्र तेलीय बीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो चिफ्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, त्रिदोषशामक, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, बलकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, वातहर, नेत्रज्योतिप्रदायक, हृदय/बृक्कहितकारी, कपालरक्षक, छालासुधारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक,

तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले समस्त रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, हृदय-मिर्गौला सुकेकोमा, मुटु कमजोरीमा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, कब्ज, अर्श, मन्दाग्नि, हैजा, कण्ठरोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गानोगोला, हड्डीवाथ, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, शारीरिक दुर्बलता, विषमज्वर, रज:वीर्यदोष, प्रदर, प्रमेह इत्यादि सन्चो बनाउँछ। पातको साग र बीजको दाल खाने चलन छ। **मात्रा** : स्वरससुई ५-२० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., बीज ५-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, दाल/साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२५१३. चीलवृक्ष रोएको, रक्तकल्की गिलो चिलरूख, Weeping Bottlebrush Plant, *Callistemon viminalis*** (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ। यो २०-३० फिट अग्लो वृक्ष, पात लाम्चो साँगुरो, रातो जुँगा पुष्पदण्डमा फुल्ने, बालामा तेलीयगेडा लाग्छ र पाक्छ। स्वाद टर्रो-हल्का मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल, बोक्रा र पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक कफनिस्सारक, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पेटको रोगमा लाभदायक, अर्शोघ्न, रक्तरोगहर, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, दम, खोकी, ग्यास्ट्रिक, ज्वर, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, पेटको रोग, कामला, आउँ-पखाला, अर्श, मोटोपन, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-२ ग्राम ३-५ पटक।

**२५१४. चीलवृक्ष सुनौलो, बट्टरब्रुस, सुनहरी चील, Golden Bottle Brush, *Callistemon* sp.** (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो ३०-४० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, पुष्प सुनौलो रङको, मसिना तेलीयगेडाहरू लाग्छन् र पाक्छन्। यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तशोधक, अर्शोघ्न, यकृतपोषक, मासिकधर्मनियामक, ज्वरनिवारक, मेदहर, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तदोष, अर्श, कलेजोरोग, प्रदर, मासिकअधर्म, ज्वर, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, कामला, अरुचि, अजीर्ण, आउँ-पखाला, मोटोपन, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क ३० तथा क्वाथ ५० र फूलस्वरससुई २-१० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

**२५१५. चीलवृक्ष तामो रङको, ताम्रभुसुन्डी, Copper Bottle Brush Tree, *Callistemon* sp.** (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, २०-३० फिट अग्लो, भालाकार सानो पात मसिनो तामा रङको, फूल बालामा लाम्चो रातो, गोलाकार गेडा लाग्छन् र तेलीयबीज पाक्छन्। यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, स्त्रीधर्मपालक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, मेदहर, रोगप्रतिरोधात्मक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, अर्श, ज्वर, प्रदर, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २५१६. चीलवृक्ष साँगुरो लाम्चो पाते, लम्पतो चिलवृक्ष, Willow Bottlebrush Plant, *Callistemon salignus*
(Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, सदा हराभरा रहने, भालाकार पात लाम्चो साँगुरो, रगते फुल्ने, गेडा लाग्छन् र तेलीयबीज पाक्छन् । यसको स्वाद मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बोक्रा, पात र फूल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तशोधक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, मेदहर, स्त्रीधर्मपालक, यकृतपोषक, अर्शोघ्न, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, कामला, कलेजोरोग, ज्वर, मोटोपन, अर्श, गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, रक्तरोग, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा पुष्पस्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५१७. चीलवृक्ष कागती बास्नाको, Lemon Bottlebrush Plant, *Callistemon citrinus* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, २०-४० फिट अग्लो, पात मसिना सानो-छोटो, कागतीको बास्ना आउने, फूल रातो, गेडा सेता लाग्छन् र तेलीयबीज पाक्छन् । यसको स्वाद कागती बास्नाको मिठो, केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, रक्तरोधक, मेदहर, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अम्लपित्त, कामला, पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तदोष, मोटोपन, गाँठा-गिर्खा, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, आन्द्राका घाउ-खटिरा, कुष्ठ, दुबी, दाद, ज्वर, अर्श, पेट पोल्ने, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, अत्तर ३-१० थोपा, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक ।

### २५१८. चीलवृक्ष, रगते बट्रब्रुस, Bottlebrush Blood Flower Plant, *Callistemon citrinus* (Family : Myrtaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, १०-२० फिट अग्लो, शोभनीय रूख, काण्ड कालो खस्रो बोक्रा, रातो रगतसमान फुल्ने, पात साँगुरो लामो, कसिलो गोलाकार फलभित्र तेलीयबीज हुन्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही तितो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, फूल, फल र बोक्रा । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, पित्तनाशक, रक्तशोधक, व्रणरोपक, मेदहर, स्त्रीधर्मपालक, रक्तरोगहर, पेटको रोगमा लाभदायक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तदोष, मासिकअधर्म, अर्श, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, दम, खोकी, ज्वर, रक्तपित्त, कामला, रक्तरोग, प्रदर, पाठेघर खस्ने, उदरशूल, गानो इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा, पात/फूल/फल १-२ वटा ३-५ पटक ।

### २५१९. चीकुठ्लो, कन्दुकफल, गुदालु, सापोटा, कुची, Sapota Tree, Nosebery, Sapodilla, *Manilkara zapota*
(Family : Sapotaceae)

**चिनारी** : यो १२०० मिटरसम्म खेती गरिन्छ । यो ३०-५० फिट अग्लो, सदा हरित, धेरै पात हाँगाहरू प्रशस्त, ८-१३ से.मि. लाम्चो पात, रातो फुल्ने, फल मांसल गोलाकार दूधयुक्त, भित्रकाला तेलीयबीज हुन्छन् ।

यो फुल्ने र फलिरहन्छ। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद पाकेपछि गुलियो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातहर, पोषक, बलकारक, मूत्रल, रेचक, पित्तनाशक, पित्तज्वरहर, शोथघ्न, हृदयहितकारी, रक्तवृद्धिदायक, अस्थिउपयोगी, रक्तवर्द्धक, कफनिस्सारक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ।

**औषधीय उपयोग** : यसले पित्तज्वर, पत्थरी, हाडको रोग, अम्लपित्त, शारीरिक कमजोरी, पिसाबको कष्ट, रजःवीर्यदोष, रक्तविकार, चर्मरोग, रक्ताल्पता, कुपोषण, ढाड-कम्मर दर्द, रक्तरोग, हृदयरोग, पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा** : ३-५ फल, चूर्ण ३-५ ग्राम, लेदो ५-१० ग्राम, फलस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० मि.लि. ३-५ पटक।

### २५२०. चुत्रो भुँइको रातो डल्ले फल, भुइँचुत्रो डल्लेफल, भूमिचुत्री रातो, Vumi Chutri Rato

**चिनारी** : यो चुत्रोभैँ हिमाली घाँसे मैदानमा पाइन्छ। यो रातो फुल्ने र हरियोपछि कालो फल लाग्ने भुँइचुत्रोले ढाकेको छ। पशुपालन क्षेत्रमा यो फैलिएर चरनमा ठूलो समस्या आइपरेको छ। यो २-३ फिट अग्लो, काँडादार, जरा मूलासमान पहेँला, पात गोला, फल गोला डल्ला फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता, आमवात, अङ्गशोथ, कडा गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, हैजा, क्षयरोग, कलेजोज्वर, रक्तरोग, पित्तविकार, आँखाको रोग, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, स्वाइनफ्लू, रक्तक्यान्सर, एचआईभी/एड्स, छाला रोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, खतरा अर्बुद, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० मि.लि., जराचूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २५२१. चुम्लानी, चिम्लानी नेरपतार, Llicium Plant, *Skimmia laureola* (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, दुवैतिर गएका चेप्टो पात टुप्पोमा चुच्चो, सेतो भुप्पामा फुल्छ, तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद हल्का अमिलो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात। **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रुचिकारक, पाचक, अग्निकारक, घाँटी-गला शुद्धिकर, बृक्क/हृदय पुष्टिकर, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, पेटको रोग, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, पित्तरोग, पेट दुख्ने-पोल्ने, मुटुरोग-सुख्खापन, अम्लपित्त, ज्वर, रक्तपित्त, कामला इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : १ पात, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरस/लेदो ३० र तेल १० मि.लि., चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, साग/तरकारी/दालमा पाकेपछि हाल्ने २०-३० ग्राम, पात १-२ टुक्रा ३-५ पटक।

### २५२२. चुरुम्फो, अलैँचीघाँस, Anomomum Grass

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो पाखो-पखेरा-भीरमा खेती गर्न सकिन्छ। यो ३-५

फिट अग्लो, लामो आयाताकार पात, जरामा घोगा फल्छ, रातो बोक्राभित्र राता-काला दाना हुन्छन् । यसको स्वाद मिठो र केही टर्रो बास्ना आउँछ र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** बीज । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, अग्निकारक, शोथघ्न, पत्थरीहर, पेटको रोगमा लाभदायक, रुचिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, मन्दाग्नि, अरुचि, अपच, गानो, उदरशूल, पिनास, कमलपित्त, मुख-जिब्रोको बिबिरा, ग्यास्ट्रिक, सन्धिशोथ, दम-खोकी उदरशूल, गुल्म इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, तेल १० र अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि. ३-५ पटक ।

**२५२३. चुइया तरुल, ज्यार, चिलाउने तरुल, Tarul Chilaune Plant, *Dioscorea* sp.** (Family : Dioscoreaceae)

**चिनारी :** यो उष्ण जलवायुको गर्मी वनहरूमा पाइन्छ । यो लताको तल्लोभागको डाँठमा काँडाहरू, तीनपाते, भालेफूल २५-३० से.मि. लामा र पोथी फूल १०-१५ से.मि. लामो झुप्पामा फुल्दछ, गानाको बाहिरी भागमा मसिना स-साना धेरै उपजराहरू, ३०-४० से.मि.को लाम्चो गानोभित्र सेतो प्रशस्त रेखाहरू हुन्छन्, तेलीयगेडाहरू असोज-कार्तिकमा लाग्छन् । यसको स्वाद मिठो र चिप्लो, स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** गानो र फल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, स्नेहजनक, मूत्रल, चर्मरोगहर, मृदुरेचक, व्रणरोपक, पुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, पत्थरीहर, बलकारक, कण्ठशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, पत्थरी, ज्वर, उदरशूल, पेट पोल्ने, वायुगानो, गाँठा-गिर्खा, सङ्ग्रहणी, दम, खोकी, टन्सिल, पिसाबको रोग, अर्श इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ५-१५ ग्राम, काँढापानी १ माना, खोले १ थाल, तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-५० ग्राम, वटी ३-५ वटा ३-५ पटक ।

**२५२४. चुल्ठीअमिलो ठूलो हरियो-सेतो फुल्ने, Mustangi Rhubarb Plant, White-Green Flower Rhubarb, Da Huangi, *Rheum officinale*** (Family : Polygonaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, पात फराकिलो-लाम्चो काटिएका किनारा, हरियो सेतो फुल्ने पुष्पदण्डमा तेलीयबीजहरू लाग्छन् र पाक्छन्, जरा पहेँला हुन्छन् । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो-टर्रो हुन्छ । **प्रयोग हुने मुख्य अङ्ग :** सर्वाङ्ग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, अग्निकारक, रक्तशोधक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, रक्तरोगहर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, पाचनप्रणाली कमजोर, ज्वरघ्न, मेदहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, गाँठागुठी, रक्तरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, श्वासनलीशोथ र सङ्कुचन, ज्वर, मोटोपन, उदररोग, फोक्सो शिथिल, जलोदर, पत्थरी, रक्तपित्त, कमलपित्त, मूत्ररोग, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, अमहिनामारी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग वा चटनी इच्छानुसार, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, बीज १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२५२५. चुल्ठीअमिलो सुनौलो फुल्ने, Golden Flower Rhubarb Plant, *Rheum* sp.** (Family : Polygonaceae)

**चिनारी :** यो शीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, ठूलो लाम्चो-फराकिलो पात छेउमा काटिएका, पुष्प सुनौलो, पुष्पदण्डमा तेलीयबीज लाग्छन् र कार्तिक-मंसिरमा पाक्छन्, जरा पहेँला हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको पात अमीलो र जरा टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर,

पित्तनाशक, वेदनाहर, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, विषघ्न, मेदहर, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगमा उपयोगी, पात मूत्रल एवं हृदयहितकारी, बीज पुष्टिकर, रोगप्रतिरोधात्मक, व्रणरोपक मानिन्छ । औषधीय उपयोग : यसले अर्बुद, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, गला-घाँटीका विकार, टन्सिल, रक्तरोग, सङ्ग्रहणी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, ज्वर, विषप्रभाव, फोक्सो शिथिल, दम, खोकी, श्वासनली र गर्भाशय शोथ, यौनरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., जराधूलो १-३ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, वटी १-३ वटा, पात/साग-तरकारी ३०-५० ग्राम, गुन्द्रुकझोल ३०-५० र पत्रस्वरससुई ५-१० मि.लि., सर्वाङ्ग खोटो १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५२६. चुम्लानी, चिम्लानी नेरपतार, **Lllicium Plant, *Skimmia laureola*** (Family : Rutaceae)

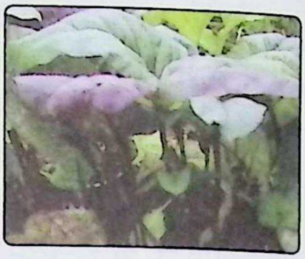
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-७ फिट अग्लो, दुवैतिर गएका च्याप्टा पात टुप्पामा चुच्चो, सेतो झुप्पामा फुल्छ । यसको स्वाद हल्का अमिलो-केही मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, रुचिकारक, पाचक, अग्निकारक, घाँटी-गला शुद्धिकर, मिर्गौला-हृदय पुष्टिकर, रक्तशोधक, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले अरुचि, अजीर्ण, पेटको रोग, मन्दाग्नि, पेट पोल्ने, पित्तरोग, पेट दुख्ने-पोल्ने, मुटुरोग-सुख्खापन, अम्लपित्त, ज्वर, रक्तपित्त, कामला इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : १ पात, मि.लि., चूर्ण ३-५ ग्राम, पुष्पस्वरस लेदो ३० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी १ माना, साग/तरकारी/दालमा पाकेपछि हाल्ने, २०-३० ग्राम, पात १-२ टुक्रा ३-५ पटक ।

### २५२७. चुलेसी झुसे, चुलेसी, चुलारी, **Osbeckia Hairy Heart Save Leaf Plant, *Osbeckia* sp.** (Family : Melastomataceae)

**चिनारी** : यो १५००-३००० मिटरको ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, झुसे, पात १०-२० से.मि. लाम्चो, गाढा कलेजी फुल्ने, झुसेफलभित्र धूलो मसिना बीज हुन्छन् । यो बिरुवा छिप्पिएपछि सबैभाग रातो हुन्छ । यो साग खाने प्रचलन छ । यसलाई काँचै खाएर लाभ लिन सकिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, हृदय हितकारी, पाचक, हैजा र रक्तश्राव नियन्त्रक, र्‍यालरस पैदाकर, मल-मूत्र शुद्धिकर, नेत्रज्योति प्रदायक, रक्तसञ्चारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, चर्मरोग, अजीर्ण, अरुचि, अर्श, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँखाको रोग, मुटुको कडापन, हैजा, पित्तज्वर, रक्तश्राव, मासिकअधर्म, अर्बुद, रक्तरोग, हृदयरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, क्षयरोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, १/१ पात, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चटनी १०-२० ग्राम, मिसमास साग ५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५२८. चुकन्दर रातो, चोतो, डल्लो मूला, रक्तगुन्जन, **Beta-Radish Plant, *Beta vulgaris*** (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो बलौटे दोमट-चिस्यान माटोमा सदा र सर्वत्र खेती हुन्छ । यो आधा-एक किलोको डल्लो/गोलाकार/च्याप्टो/रातो/रातो रङको हुन्छ । यसको पात लाम्चो किनारा छिया परेको विभिन्न नापका, सेतो फुल्छ र कोसाभित्र मसिना गोला तेलीयबीज लाग्छन् ।



**उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वाद मीठो, स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पाचक, रुचिकर, रेचक, पित्तनाशक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तृप्तिकारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक, मासिकअधर्मनियामक, व्रणरोपक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तपत्थरी, मिर्गौला पत्थरी, शुक्राश्मरी, पित्तज्वर, अम्लपित्त, कमलपित्त, अरुचि, अजीर्ण, गानोगोला-ग्याष्टिक, पेट पोल्ने, दुख्ने, अर्श, रक्तश्राव, पित्तरोग, कुपोषण, रक्ताल्पता, रजःवीर्यदोष, मासिकअधर्म, रक्तदोष, छालाको रोग, मूत्ररोग, प्रदर, आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/साग ३०-१०० ग्राम, गानो १, पात १, फूल ५-१० ग्राम, गेडा ३-५ ग्राम, काँढापानी १/१ माना, क्षार आधा एक ग्राम, क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा तेल १० र चुकन्दरस्वरससुई २-१० मि.लि.,वटी २-३ वटा३-५ पटक ।

**२५२९. चुलेसी रातो, ताओ चुलेसी, लालारी, Heart Save Red Leaf, *Osbeckia stellata* (Family : Melastomataceae)**

**चिनारी** : यो १५००-२५०० मिटरको ठन्डा हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-५ फिट अग्लो, डाँठ रातो, चेप्टो पात १०-१५ से.मि. लाम्चो, गाढा रातो फुल्ने, भुसे फलभित्र धूलो मसिना बीज हुन्छन् । यो बिरुवा छिप्पिएपछि सबैभाग रातो हुन्छ । यो साग खाने प्रचलन छ । यसलाई काँचै खाएर लाभ लिन सकिन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वाद अमिलो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, हृदयहितकारी, पाचक, हैजा र रक्तश्राव नियन्त्रक, न्यालरस पैदाकर, मल-मूत्र शुद्धिकर, नेत्रज्योति प्रदायक, रक्तसञ्चारक, पित्तनाशक, व्रणरोपक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, विषघ्न मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, चर्मरोग, अजीर्ण, अरुचि, अर्श, पेट पोल्ने-दुख्ने, आँखाको रोग, मुटुको कडापन, हैजा, पित्तज्वर, रक्तश्राव, मासिकअधर्म, अर्बुद, रक्तरोग, हृदयरोग, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, क्षयरोग, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/स्वरस ५-१० ग्राम, १/१ पात, चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., चटनी १०-२० ग्राम, मिसमास साग ५० ग्राम ३-५ पटक ।

**२५३०. चुल्ठीअमिलो रातो, लालचुल्ठो, Chutso (Am), दाङ्ज्यू (Km), Rhubarb Plant, *Rheum australe* (Family : Polygonaceae)**

**चिनारी** : यो प्रायः २८००-३३०० मिटर हिमालको घाँसे मैदानतिर पाइन्छ । यो पत्थरिलो-ढडयानमा असार-असोजमा पात भुइँमा लतारिएको सानो डाँठ ५-७ फिटको उचो, पात फराकिलो चेप्टो, रातो डाँठ र फूल, तेलीयबीज स-साना हुन्छन् । यो पदमचाल भनेर नभुकिनुस । यसको पात र डाँठ अमिलो स्वादमा मीठो हुनाले काँढा बनाएर पिउने चलन छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तशोधक, मूत्रल, आँखा रोगमा लाभदायक, त्रिदोषशामक, बीजातीयद्रव्य निष्कासक, चर्मरोगमा उपयोगी, हृदयहितकारी, अर्बुदहर, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, रोगप्रतिरोधात्मक, ज्वरनिवारक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ । चुल्ठो पारेर भदौमा सुकाई पछिका लागि प्रयोजनमा ल्याइन्छ । यसको सर्वाङ्गलाई धूलो पारी खानुपर्छ, तब डरलाग्दा रोगव्याध हराउँछ, हैजा-पखाला रोक्छ, त्रिदोषलाई सन्तुलन गरी व्यवस्थित पार्छ । मुटु र कलेजोलाई कल्याण पुऱ्याउँछ, रक्तशोधन गर्छ र हर्षालाई ठीक गर्छ, मधुमेहमा र पाचनमा हित गर्दछ । यसले समस्त अर्बुद, दम-खोकी, क्षयरोग, सुन्निएको, एच.आई.भी./एड्स, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ,

आमवात, कटिवात, ढाड-कम्मरदर्द, हैजा, मासिकअधर्म, रक्तस्राव, अर्श, सङ्ग्रहणी इत्यादि यसको जराले निर्मूल गराउँछ। **मात्रा** : जरा धूलो ३-५ ग्राम, पात र डाँठ लेदो/स्वरस १०-२० ग्राम, वटी १-३ वटा, सर्वाङ्ग काँढापानी १ माना, तेल १० र स्वरससुई २-१० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., गेडा १-३ ग्राम, गुन्द्रुक २०-३० ग्राम ३-५ पटक।

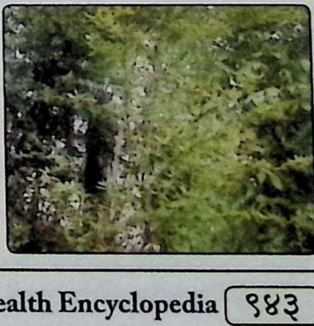
### २५३१. चुल्सी बैजनी, अमिलो अङ्गेरी, Nepal White Osbeckia Plant, *Osbeckia nepalensis* (Family : Melastomataceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण क्षेत्रमा पाइन्छ। यो ३-७ फिट अग्लो, सेतो वर्णको, भुसे, पात चेप्टो टुप्पो चुच्चो परेको, बैजनी- निलो रङको फुल्ने केशर पहेँलो, पञ्चपत्रक, सानो फल लाग्छ, फलभित्र स-साना तेलीयबीज हुन्छन्। यसको स्वाद अमिलो हल्का टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र फल। **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, अग्नि-उद्दीपक, पाचक, रुचिकर, मूत्रल, पित्तनाशक, त्रिदोषज विकार निष्कासक, रक्तदोषहर, यकृतज्वरनाशक, विषघ्न, वातहर, पित्तनाशक, कफघ्न, व्रणरोपक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको सबैभागले मुख सुन्निने, जिब्रोको घाउ, काटेको, टन्सिल, गला-घाँटीको रोग, फोक्सोको ज्वर, आउँ-पखाला, हैजा, अर्बुद, विषप्रभाव, पित्तवृद्धि, दम, खोकी, गाँठा-गिर्खा, रक्तस्राव, अरुचि, अपच, कामला, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ आदि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : पिसेर लेदो ५-७ ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, १/१ माना काँढापानी, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र पातस्वरससुई २-१० मि.लि., ग्राम अथवा पात १ वटा ३-५ पटक।

### २५३२. चुलेसी पालोर, नानकेरी, Nepal Melastome Plant, *Melastoma malabathricum* (Family : Melastomataceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो धायरीझैँ किन्तु रातो डाँठ-काण्ड भएको, ५-१० फिट अग्लो, पात रोमश चेप्टो चुच्चो-भालाकार, पुष्प गुलाबी/केही रातो वर्णको, फल रातो रसिलो हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात र फल। स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद अमिलो-मिठो हल्का टर्रो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, रक्तदोषहर, सङ्कोचक, पाचक, अग्निकारक, वातहर, रक्तस्तम्भक, व्रणसुधारक, अर्शोघ्न, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अर्श, घाउ-खटिरा, अर्बुद, मुख-जिब्रो पाक्ने, गला-घाँटीको समस्या, गर्भाशय सुन्निएको, रक्तदोष, अपच, अजीर्ण, मन्दाग्नि, रक्तस्राव, हैजा, उदरशूल, अर्श, दम-खोकी, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण/स्वरस ३-१० ग्राम, फल १-५ वटा, फूल १-३ वटा, पात १-३ वटा, रस/काँढापानी १ गिलास ३-५ पटक।

### २५३३. चुत्रो, दारुहरिद्रा, पीतचन्दना, किरमडो, Kyerwa(Am), Barberis Nepali Plant, *Berberis aristata* (Family : Berberidaceae)



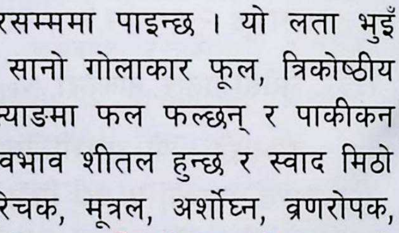
**चिनारी** : यो प्राय: १२००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो ५-२० फिट अग्लो, पहेँलो फुल्ने, कालो लाम्चो फलभित्र तेलीय गेडा, पात चेप्टो-सानो, काँडायुक्त बोट हुन्छ। सर्वोत्तम चित्रा नामको चुत्रोको फल सुकाएपछि द्राक्ष (अङ्गुर) जस्तो हुन्छ। फल स्वादिष्ठ र यसैको पञ्चाङ्गद्वारा पकाएर रसौत तयार गरिन्छ। **रसौत बनाउने विधि** : आठभाग पानी र एकभाग पञ्चाङ्ग फलामे कराहीमा पकाएर ६ भाग रस

सुकेपछि छानेर समान भाग बाखीको दूध मिसाई पुनः पकाएर पानी सुकाउनुपर्छ । यो सेलाएपछि खोटो बन्छ र प्रयोग गर्न सकिन्छ । नेत्ररोगमा यो रसौत एक मूल्यवान औषधि हो । स्वाद फल मिठो-अमिलो र अन्यभाग तीतो । स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, समस्त रक्तविकारनाशक-रक्तशोधक, सर्वज्वरहर, कलेजो सुधारक, नेत्रज्योतिरक्षक, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर, विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगहर, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, यकृतपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चिनीरोग, रक्तश्राव, पेटको घाउ-अल्सर र समस्त अर्बुद-क्यासर, छालाको रोग, सुजाक, यौनरोग, अर्जीण, भोक नलाग्ने, नेत्रज्योति कमजोर, पानी बग्ने-पोल्ने-पाक्ने- रतन्धोमा-जालो-फुलो, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, सर्वज्वर, चिसो-रुघा, पिनास, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, क्षयरोग, अर्श, रक्तरोग, रक्तविकार, मोटोपन, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग-जन्डिस, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, सङ्क्रमणकारी रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो नाकमा २/२ थोपा राख्ने दिनमा ५ पटक र जडीबुटीरसनेती दिनमा २ पटक नियमित प्रयोग गर्नुहोस, अति लाभ पुऱ्याउँछ । पानी-रस पिउनुहोस र नाकको प्वालबाट २/२ थोपा राख्नुहोस । फलद्वारा मस्यौरा सदा खान मिल्छ, फूल पहेँलपुर पहेँलोपन यो धेरै उत्तम, प्राकृतिक, निर्दोष, सर्वोपयोगी तथा मानवकल्याणकारी हुन्छ । **मात्रा** : रसौत (रसाञ्जन) १-२ ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, धूलो ३-५ ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० ग्राम, घनवटी २-३ वटा, काण्ड वा फूल टुक्रा १-२ वटा चुस्ने ३-५ पटक ।

### २५३४.चुनचुनी गानो, मुसीककन्द, Chunchuni Gano Plant, Mushik Kanda

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको ३००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो लता भुइँ वा वनस्पतिमा फैलिन्छ, वर्षाकालमा पलाउँछ र बढ्छ, संयुक्त चारपात, सानो गोलाकार फूल, त्रिकोष्ठीय बीजकोष, ग्रन्थियुक्त लाम्चो जरा गाँठो परेको माटोमुनि रहन्छ, माथि झ्याङमा फल फल्छन् र पाकीकन पातसँगै तेलीयबीज झर्दछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : गानो र फल । स्वभाव शीतल हुन्छ र स्वाद मिठो केही तितो लाग्छ र चिप्लो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मृदुरेचक, मूत्रल, अर्शोघ्न, व्रणरोपक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, हृदयहितकारी, उदररोगमा लाभदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, आन्द्राको घाउ-खटिरा, कामला, ज्वर, गानो, उदरशूल, अर्श, कब्ज, रजःवीर्यदोष, धातुरोग, पेटफुल्ने, अरुचि, अजीर्ण इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : साग-तरकारी २०-५० ग्राम, धूलो ५-१० ग्राम, वटी ३-५ वटा, काँढापानी १ माना, स्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २५३५. चुत्रोलहरे, लतादारुहरिद्रा, पीतचन्दना, किरमडोलती, Kyerwa(Am), Barberis Nepali Plant, *Berberis* sp. (Family : Berberidaceae)



**चिनारी** : यो प्रायः १०००-२५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट अग्लो भई लतारिन्छ, चारैतिर जेलिन्छ र झ्याङ्गिन्छ, सुनौलो फुल्ने, कालो लाम्चो फलभित्र तेलीय गेडा, पात चेप्टो-सानो, काँडाले युक्त बोट हुन्छ। यसैको पञ्चाङ्गद्वारा पकाएर रसौत तयार गरिन्छ। यो नेत्ररोगमा रसौत एक मूल्यवान औषधि हो। स्वाद फल मिठो-अमिलो र अन्यभाग तीतो, स्वभाव शीतल । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल, फूल, डाँठ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो त्रिदोषशामक, अर्बुदहर, समस्त रक्तविकारनाशक-रक्तशोधक, सर्वज्वरहर, कलेजो सुधारक, नेत्रज्योतिरक्षक, पित्तनाशक, कफघ्न, वातहर,

विषघ्न, रोगप्रतिरोधात्मक, चर्मरोगनिवारक, पत्थरीहर, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, यकृतपुष्टिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले चिनीरोग, रक्तश्राव, पेटको घाउ-अल्सर र समस्त अर्बुद-क्यासर, छालाको रोग, सुजाक, यौनरोग, अर्जीण, भोक नलाग्ने, नेत्रज्योति कमजोर, पानी बग्ने-पोल्ने-पाक्ने- रतन्धोमा-जालो-फुलो, पित्तवृद्धि, पत्थरी, मधुमेह, उच्चरक्तचाप, सर्वज्वर, चिसो-रुघा, पिनास, दम, खोकी, जोर्नीवाथ, विषप्रभाव, गाँठा-गिर्खा, घाउ-खटिरा, क्षयरोग, अर्श, हैजा, रक्तरोग, रक्तविकार, मोटोपन, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, पत्थरी, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग-जन्डिस, प्रदर, प्रमेह, मासिकअधर्म, सङ्क्रमणकारी रोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । यो नाकमा २/२ थोपा राख्ने दिनमा ५ पटक र रसनेती दिनमा २ पटक नियमित प्रयोग गर्नुहोस, अति लाभ पुऱ्याउँछ । पानी-रस पिउनुहोस र नाकको प्वालबाट २/२ थोपा राख्नुहोस । फलद्वारा मस्यौरा बनाएर सदा खान मिल्छ, फूल पहेँलपुर यो धेरै उत्तम, प्राकृतिक, निर्दोष, सर्वोपयोगी तथा मानवकल्याणकारी हुन्छ । ताजा पुष्प अर्बुदमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा** : रसौत (रसाञ्जन) १-२ ग्राम, पाकेको फल ५०-१०० ग्राम, काँढापानी आधा-एक माना, धूलो ३-५ ग्राम, स्वरससुई २-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० ग्राम, घनवटी २-३ वटा, काण्ड वा फूलटुक्रा १-२ वटा चुस्ने ३-५ पटक ।

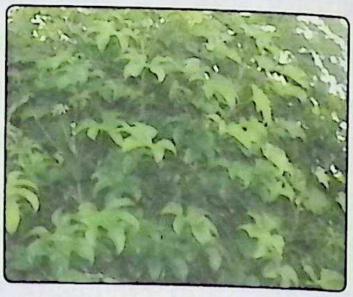
### २५३६. चुलेसी सानो, अमिली अङ्गेरी, Chulesi Small Plant, *Osbeckia nutans* (Family : Melastomataceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीको लेकाली वन र भिरपाखामा पाइन्छ । यो १-२ फिट अग्लो, बिरुवा अंगेरीसमान पात केही चौडा, सेतो हल्का निलो फुल्ने, सानो फल, कुनै/कुनैमा जरामा गाँठा लाग्ने हुन्छ । यसको पात पूर्वीपहाडमा दाल वा मासुमा मिसाएर स्वादिलो बनाई खान्छन् । स्वाद अमिलो-मीठो, स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, रक्तशोधक, पित्तनाशक, त्रिदोषजविकार निष्कासक, हृदय हितकारी, रुचिकर, मूत्रल, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, विषघ्न, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको सबै भागले अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, रगत दोष, पित्तरोग, अम्लपित्त, शरीरको कडापन, मुटुको कठोरता, मासिकअधर्म, प्रदर, अनावश्यक मलसङ्ग्रह, आन्द्राको घाउ, अर्श, रक्तस्राव, अरुचि, अपच, हैजा, विषप्रभाव, जिब्रो-मुखका बिबिरा, डन्डीफोर, सुक्खा दम-खोकी, हृदयरोग, विस्मृति, पित्तवृद्धि, विषप्रभाव, जिब्रो-मुखका बिबिरा, डन्डीफोर, सुक्खा इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, क्वाथ १०० मि.लि., पात १-२ वटा, स्वरस २०-३० ग्राम, धूलो ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना ३-५ पटक ।

### २५३७. चुकन्दर डल्लो, श्वेतगृञ्जन, पालंकी, चुकन, Garden Beet White Plant, Beetroot, *Beta* sp. (Family : Amaranthaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण-तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २-५ फिट अग्लो, डाँठ रातो, बालामा हरियो फुल्छ । यो मूलाको तरह किन्तु सेतो र गुलियो गानो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पत्थरीनाशक, ऋतुस्राव नियामक, पित्तनाशक, ज्वरहर, बृक्कपुष्टिकर, मृदुरेचक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, उदररोनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कब्ज, पित्तवृद्धि, मन्दाग्नि, पत्थरी, रक्तपित्त, रक्ताल्पता, रक्तस्राव, हैजा, पित्तज्वर, मूत्रकृच्छ्र, हृदयरोग, कामला, दर्द र सुन्निएको, कब्ज, रक्तविकार, चर्मरोग, पाचनसंस्थान सुक्खापन, घाउ-खटिरो, अजीर्ण, शिरदर्द, कपाल झरेको, सुन्निएको, अरुचि इत्यादि सन्चो गराउँछ **मात्रा** : लेदो/स्वरस/ चूर्ण १०-३० ग्राम, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २५३८. चुलेत्रो सेतो, Chuletro White Tree, *Brassaiopsis hainla* (Family : Orchidaceae)



**चिनारी** : यो ८००-२००० मिटरमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, काँडाले भरिएका हाँगाहरू, छत्राकारमा फैलिएको, बोक्रा सेतो-चिप्लो, पत्रदण्डमा पात पञ्जाकार-नरम दन्तुर ५-७ चोसा निस्केका, सानो हरियो फूल चैतमा फुल्छ झुप्पामा छातासमान हुन्छ, डल्लो फलभित्र मांसल नरम तेलीयबीज हुन्छन् । जेठ-असारमा फल कालो भएपछि टिपिन्छ । यसको स्वाद हल्का तितो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फूल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, शीतकारक, अर्शोघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३०-५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २५३९. चुङरिङ लहरा, Chungring Creeper

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा हुने लता हो । यो लहरो, मसिनो चेप्टो पात, खैरो फुल्ने, मसिनो तेलीय गेडा लाग्छ । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, व्रणरोपक, अग्निदग्धनिवारक, अर्शोघ्न, चर्मरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, दुबी, कुष्ठ, आगोले पोलेको, अर्श,गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, कफग्रस्त समस्या, जोर्नीवाथ, आमवात, कान पाक्ने, अर्बुद, सुन्निने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ कचौरी, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी १-२ वटा २-३ पटक ।

### २५४०.चुल्ली, चुली, Chulli Oil Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो काँडा भएको रूख हो । यो वैशाखतिर फल्छ, यसको तेल निकालेर बालिन्छ । यो रूख पातलो हुन्छ । यो तेल सौन्दर्य बढाउन अनुहारमा लगाइने प्रचलन छ । यसको स्वाद वामक-उत्तेजक हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : बीज र तेल । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वमनकारक, व्रणरोपक, गिर्खाहर, चर्मरोगसुधारक, शोथघ्न, वातहर, कृमिमारक, वेदनानाशक, उत्तेजक, धातु-उपधातु शोधनमा उपयोगी मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, अङ्गशोथ, पेटका कृमि, दुबी, दाद, कुष्ठ, दादुरा, जनैखटिरा, कडा छाला, अर्श, जोर्नीवाथ, आमवात, कटिवात, गृध्रसी, ठेक्किएको/मर्किएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण २-३ ग्राम, वटी १-२ वटा, तेल/अर्क ३० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ कचौरी, खोटा/भस्म १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### २५४१. चुकन्दर मुलायम गानो रातो, रक्तगुञ्जन, Sugar Beet Plant, *Beta vulgaris* (Family : Amaranthaceae)

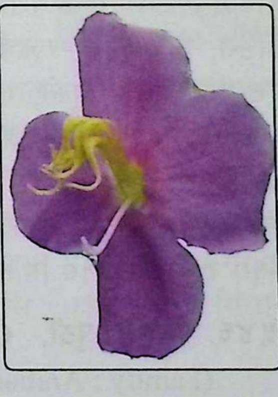
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १-७ फिट अग्लो, पात अति मुलायम लाम्चो आयाताकार, फूल बालामा सेतो, सुइरे कोसामा तेलीय बीजहरू, नरम गानो लाम्चो सेतो रङको हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वभाव शीतल र स्वाद टर्रो-मिठो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निवर्द्धक, हृदयरोग र मासिकअधर्ममा उपयोगी, रुचिकारक, अग्नि-उद्दीपक, हृदयहितकारी, पाचक, रक्तरोगहर, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, तनावहर, केशरक्षक, मूत्रल, उदररोगनाशक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक,

रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, तृप्तिकारक, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, उदरशुद्धिकर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मानसिकरोग, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, प्रमेह, प्रदर, मासिकअधर्म, अपस्मार, छारे, उदरजलन, रक्तपित्त, शोथ, गाँड, गाँठा-गिर्खा, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गलाघाँटीको रोग, मुखपाक, कलेजो/मिर्गौलाज्वर, उदरशूल, मूत्ररोग, पित्तवृद्धि, कपाल झर्ने-खुइलिने, अर्श, पत्थरी, छालारोग, मन्दाग्नि, अपच, अरुचि, कमलपित्त, समस्त हेपाटाइटिस, मधुमेह, कब्ज, कुपोषण, आन्द्रासुख्खा, रक्तस्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : डल्लो १-३ वटा, धूलो/लेदो ३-१० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, गानोस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., चिनीवटी २-३ वटा, साग/तरकारी ३०-१०० ग्राम, खुदो १०-३० ग्राम, पात १-५ वटा, साग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४२. चुरोटफूल, मधूप्रेमीपुष्प, क्युपिया, Cigar Plant, Cigarettee Herb, *Cuphea ignea* (Family : Lythraceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने २-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो चुच्चो, फूल सुन्तले/पहैंलो/रातो रङको चुरोटझैं लाम्चो हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फूल । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, कलेजो-फियो-मिर्गौलारोगमा लाभदायक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, चर्मरोगहर, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तशोधक, ऋतुधर्मनियामक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तकफवृद्धि, उदर जुका, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कामला, ज्वर, हेपाटाइटिस, पेट पोल्ने, कलेजोरोग, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, आउँ-पखाला, चर्मरोग, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, गानो, रक्तविकार, रक्ताल्पता, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, जोर्नीवाथ, सुन्निएको, अनिद्रा इत्यादि सन्चो गराउँछ । मौरीले मनपराउने हुनाले यो बोट मेलिफेरा र सेरेना मौरीपालकले यो माघदेखि कार्तिकसम्म फुलिरहने उपयोगी फूल रोप्नुपर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, स्वरससुई १०-२० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

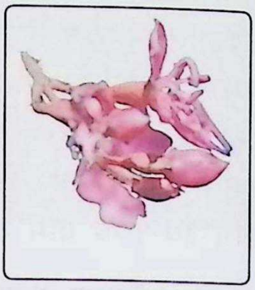
### २५४३. चुल्सी बैजनी, चुम्लिका, Starry Osbeckia Plant, *Osbeckia sikkimensis* (Family : Melastomataceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात चेप्टो फराकिलो चुच्चो, निलो वा बैजनी फूल केशर सुनौलो, फल कोसा रोमश बेलनाकारभित्र मसिना धूलो बीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, हृदयहितकारी, हैजानियन्त्रक, रक्तस्तम्भक, तृप्तिकारक, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, पत्थरीहर, अग्निकारक, उदररोगनाशक, मूत्रल, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रक्तवर्द्धक, ऋतुधर्मनियामक, नेत्रज्योतिप्रदायक, मृदुरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, उच्चरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आन्द्रका घाउ-खटिरा, आँखाको कमजोरी, मासिकअधर्म, उदररोग, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, कब्ज, अर्श, मुखपाक, रक्तस्राव, पेटका समस्त रोग, गर्मी गानोगोला, तनाव, पत्थरी, वाकवाकी, विषादि असर, आमवात इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा** : स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/चटनी-अचार १०-२० ग्राम, रस/काँढापानी १ माना, साग ३०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४४. चुलेसी बाखाकाने, अमिलोपाते केङ्गोरी, बडीगोहोरेफूल, Sour Leaf Bristletips Plant, *Oxyspora paniculata*

(Family : Melastomataceae)



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, पात बाखाकाने रेखाहरू भएको, साउनमा प्याजी-रातो फुल्ने, फल चेप्टोभित्र मेथीसमान तेलीय बीजहरू, चेप्टो-लाम्चो पात, खैरा रङका धेरै जरा हुन्छन् । यसको पात अमिलो भएकाले चटनी-अचार खाने प्रचलन छ । पात चुसेर मुख मिठ्याउने र न्यालरस निकाल्नेहरूले अमृत औषधि भन्दछन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, रक्तदोषहर, पित्तनाशक, अग्निकारक, अर्बुदहर, उदररोगनाशक, मूत्रल, स्वादिष्ठ, पाचक, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, नेत्रज्योतिप्रदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले समस्त रक्तविकार, ज्वर, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, निम्नरक्तचाप, मुटुको कडापन र धड्कन तेजगतिमा, हैजा, गाँठा-गिर्खा, आँखाको कमजोरी, अर्बुद, मासिकअधर्म, उदररोग, मन्दाग्नि, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच इत्यादि गरी सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** रस/ काँढापानी १ माना, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., हावामा सुकाएको चूर्ण ३-५ ग्राम, चटनी-अचार काँचो पात १०-२० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४५. चुत्रो भुइँको रातो, भूमिचुत्री रातो, केर्नाक्पा, Vumi Chutri Rato Plant

**चिनारी :** यो चुत्रोझैँ हिमाली घाँसे मैदानमा पाइन्छ । यो रातो फुल्ने र हरियोपछि कालो फल लाग्ने भुँइचुत्रोले ढाकेको छ । पशुपालन क्षेत्रमा यो फैलिएर चरनमा ठूलो समस्या आइपरेको छ । यो २-३ फिट अग्लो, काँडादार, काण्ड र जरा पहेँला, पात लाम्चो, फल लाम्चो-डल्लो भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, ज्वरनिवारक, यकृतपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, अर्बुदहर, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता, आमवात, अङ्गशोथ, कडा गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, आँखाको रोग, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, स्वाइनफ्लू, रक्तक्यान्सर, एचआईभी/एड्स, छालाकारोग, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, खतरा अर्बुद, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ३-१० र बीजतेल १० मि.लि., जराचूर्ण १-३ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-५० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४६. चुलेत्रो पुठो, Chuletro Putho, Himalayan Buffalo Grass Lek Putho, *Hedera* sp.

(Family : Araliaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, कण्ठकदार काण्ड, पात पञ्जाकार किनारा काटिएको बीचबीचमा कालो रङको, फूल सेतो-हरियो फुल्ने, फल गोलाकार हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल, फल र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :**

यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, अर्शोघ्न, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, आन्द्राको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, उदरशूल, गाँठा-गिर्खा, अर्श, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, चिफ्लो आउँ-पखाला, गला-घाँटीको रोग, गाँड, रक्तरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., पुष्पस्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम १-३ पटक ।

### २५४७. चुलेत्रो हरियो-पहेँलो, Chuletro Green Tree, *Hedera polyacantha* (Family : Araliaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, काण्ड हरियो काँडे, पात पञ्जाकार किनारा काटिएको बीच-बीचमा कालो रङको, फूल सेतो-हरियो फुल्ने, फल गोलाकार हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** पात, फूल, फल र बोक्रा । स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, यकृतपुष्टिकर, चर्मरोगहर, रक्तशोधक, मेदहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, रक्तरोगहर, मूत्रल, अर्शोघ्न, उदररोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले टन्सिल, श्वास-प्रश्वास समस्या, आन्द्राको घाउ-खटिरा, ज्वर, रक्तदोष, उच्चरक्तचाप, उदरशूल, गाँठा-गिर्खा, अर्श, कफग्रस्त समस्या, फोक्सेमासु, हैजा, चिफ्लो आउँपखाला, गला-घाँटीको रोग, गाँड, रक्तरोग, चर्मरोग, मूत्रकृच्छ्र, मधुमेह, हैजा, मोटोपन, पित्तरोग इत्यादि सन्चो बनाउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी/रस १/1 गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ५-१० मि.लि., भस्म/खोटो २-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४८. चुम्लानी पहेँलो, नेरा, चिल्लोपाते, Skimmia Plant, West Nepal Himalayan Skimmia, *Skimmia anquetilia* (Family : Rutaceae)

**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुको २०००-४३०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहन्छ, १०-२० फिट अग्लो, पहेँलो फूल बास्नादार, पात चेप्टो, गोलाकार रातो फलभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, मदकारक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले अर्बुद, अङ्गशोथ, अर्श, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, पक्षाघात, जलोदर, क्षय इत्यादि सन्चो गराउँछ । यसको धूप वातावरण शुद्धिमा प्रयोग हुन्छ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, तेल १० र अर्क २० तथा क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५४९. चुवाफूल सुन्तले, चुहाई, तिक्तपुष्प, मधुमक्खीप्रिय, Nongmangkha Plant, *Phlogacanthus thyrsiformis* (Family : Acanthaceae)

**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीको १५०० मिटरमा पाइन्छ । यो फूल धेरै दिनसम्म रहिरहने, टुप्पासम्म झपक्कै फुल्ने, मौरीपालक किसानलाई मह उत्पादन बढ्ने, राम्रो बास्ना दिने, वातावरण र मनलाई प्रफुल्ल

पार्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो-लाम्चो, फूल सुन्तले-गेरुवा, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । स्वभाव शीतल स्वाद मिठो । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, पित्तनाशक, विषघ्न, रक्तवर्द्धक, अस्थिसन्धानक, मृदुरेचक, अग्निकारक, रक्तरोगहर, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, हड्डी टुटे फुटेको, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, मासिकअधर्म, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, पक्षाघात, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, प्रदर, अर्श, मूत्रकृच्छ्र, रजःवीर्यदोष, अतिरजश्राव इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-५ वटा ३-५ पटक ।

### २५५०. चुलेसी लाम्चो चुच्चो, रातो कलशचुलसी, Red Starry Plant, Osbeckia Plant, *Osbeckia stellata* (Family : Melastomataceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको ६००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो २-७ फिट अग्लो, पात लाम्चो चुच्चो, फूल रातो केशर पहेँलो, रोमश कलशझैं फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने :** अङ्ग सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि, कडा गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पातलाई दालमा मिसाएर पकाई खाने चलन छ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, पत्रकस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक ।

### २५५१. चुलेसी विशाल, चुलेसीबोट, Nepal Osbeckia Big Plant, *Osbeckia nepalensis* (Family : Melastomataceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको ६००-२५०० मिटरमा पाइन्छ । यो १५-३० फिट अग्लो, पात चेप्टो केही लाम्चो, फूल बैजनी केशर पहेँलो, फल रोमश कोसामा भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद अमिलो मिठो-स्वादिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्र कमजोरी, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्नेरोग रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कडा गाँठा गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको पातलाई दालमा मिसाएर पकाई

खाने चलन छ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, पत्रकस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० र क्वाथ १०० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

**२५५२.चुरुक्पा, भ्यागुतो पत्ते, Churukpa (Am), Frog Leaved Plant, *Halerpestes sarmentosa***
(Family : Ranunculaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० से.मि. अग्लो, पात चेप्टो भ्यागुतोसमान, फूल पहेँलो, भुइँमा हरियो सर्पझैँ लतारिने, फूल पहेँलो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो, मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, रक्तश्राव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, रक्तरोग, दम, खोकी, मोटोपन-कोलेस्टोरल, फोक्सेमासु-भद्दापन, विभिन्न हेपाटाइटिस, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, जलोदर, यौनरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : फूलस्वरससुई २-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

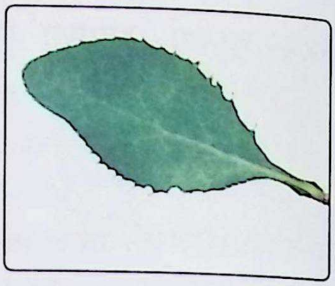
**२५५३. चुत्रो सानो, चुतो, तिस्यार, Kyerkar (Km, Am), Alpine Berberis Plant, *Berberis angulosa***
(Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ३४००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, काँडादार, पात अण्डाकार, असार-साउनमा पहेँलो फुल्छ र हरियो फल मंसिरमा रातो हुँदै कालो भएर पाक्छ, भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : जरा, डाँठ, फल र बीज। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, रक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने रोग रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, मन्दाग्नि, कडा गाँठा-गिर्खा, अर्बुद, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

**२५५४.चुत्रोमसिनु फल, चुतो, क्षुद्ररसाञ्जन, Kerba Nakpo (Am), Chutro Masinu Plant, *Berberis buxifolia***
(Family : Berberidaceae)

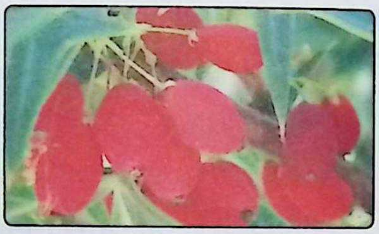
**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २७००-४५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, काँडादार,

काण्ड र जरा पहेँला, पात लाम्चो, फल सानो लाम्चो-डल्लो भित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्य भाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, पित्तज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, रक्ताल्पता, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कडा गाँठा-गिर्खा, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, पित्तविकार, आँखाका समस्तरोग, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, स्वाइनफ्लू, रक्तक्यान्सर, एचआईभी/एड्स, छालाका समस्या, रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, खतरा अर्बुद, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।



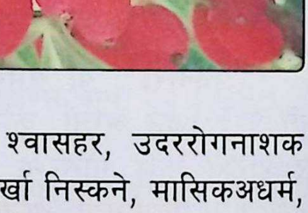
### २५५५. चुत्रो रातो, विचित्रक, केबो चोतो, तिस्यार (Am), Chutro Rato Plant, *Berberis* sp. (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १८००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, काँडादार पात र काण्ड, फूल पहेँलो, फल लाम्चो-डल्लो पाकेपछि बीज रातो तेलीय हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकार-विजातीय सर्वदोष निष्कासन गर्ने आदि रोग सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।



### २५५६. चुत्रो खोटो-रसाञ्जन, दारुहरिद्रा, चुतो, चोतो, तिस्यार, Kyerpa (Sh, Gr–Mn), Ayurveda Popular Rasanjana Plant, *Berberis aristata* (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ । यो ५-१५ फिट अग्लो, काँडादार झाडी, वैशाख-जेठमा सुनौलो फुल्ने, कार्तिकमा अङ्गुरसमान कालो केही रातो फल पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** :डाँठ र जरा । स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, मेदहर,



विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, श्वासरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, नेत्रश्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, त्रिदोषविकार-विजातीयद्रव्यवृद्धि, उदररोग, रक्तरोग, मोटोपन, समस्त नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण १-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

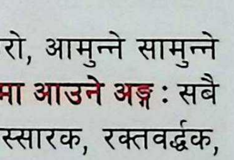
**२५५७. चुत्रो लहरे, दारुहरिद्रालता, तिस्यार, Yellow Coscinium Vine, *Coscinium fenestratum***
(Family : Menispermaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो कम मिल्नेमा गनिन्छ। यो ६-१५ फिट लाम्चो लहरो, पात चेप्टो, वैशाख-जेठमा सुनौलो फुल्ने, कार्तिकमा अङ्गुरसमान कालो केही रातो फल पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : डाँठ र जरा। स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, रोगप्रतिरोधात्मक, रक्तरोगहर, ज्वरनिवारक, यकृतपोषक, मेदहर, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, श्वासरोगहर, उदररोगनाशक, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, नेत्रश्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, त्रिदोषविकार-विजातीयद्रव्यवृद्धि, उदररोग, रक्तरोग, मोटोपन, समस्त नेत्ररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण ३-१० ग्राम, वटी २-३ वटा, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/रस १ माना ३-५ पटक।

**२५५८. चुप्री, चुपरीआलु, काँडातरुल, Thorn Potato Creeper**

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुमा पाइन्छ। यो ५-२० फिट लामा लहरो, आमुन्ने सामुन्ने पात अण्डाकार चुच्चे, फल रोमशभित्र तेलीयबीज, पष्पदण्डमा हरियो-पहेँलो फुल्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो-हल्का टर्रो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, पुष्टिकारक, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर, विषनाशक, क्षुधावर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, अर्श, रगतविकार, मुखपाक, अर्श, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, पेट दुख्ने/पोल्ने, जोर्नीवाथ, निम्नरक्तचाप, मधुमेह, कफज्वर, सुक्खा दम-खोकी, घाउ-खटिरा, कुपोषण, रक्तस्राव, हैजा, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, गाँठा-गिर्खा, पागलपन, मृगी, क्षयरोग, पत्थरी, सङ्ग्रहणी, अम्लपित्त, कमलपित्त, ज्वर, अर्धकपाली दर्द, थोपाथोपा मुत्नेमा, हात्तीपाइले इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, जरास्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, साग-तरकारी/उसिनेको वा बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

**२५५९. चुत्रोतिखो सियोझैं, चुतो, चित्र, Kyerpa (Sh, Gr–Mn), Warty Barberry, *Berberis verruculosa***
(Family : Berberidaceae)



**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १२००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, ३-५ फिट अग्लो, काण्डमा अति लाम्चो सियोसमान काँडाहरू, पात चेप्टो किनारामा साना कन्टकदार, सुनौलो फुल्ने, कार्तिकमा अङ्गुरसमान कालो केही रातो फल

पाक्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, रक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकारवृद्धि, उदररोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५६०. चुत्रो माकुरीपत्ते, चुतो, चित्र, चोतो, तिस्यार(Sh, Gr–Mn), Warty Barberry, Spider Leaves Barberine Plant, *Berberis verruculosa* (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २000-४000 मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, धेरे फैलिन्छ, ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, माकुरीझैं संयुक्तपात चेप्टो केही लाम्चो किनारामा साना काँडा, सुनौलो फुल्ने, अण्डाकार कालो केही रातो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्य भाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्रावनियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकारवृद्धि, उदररोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५६१. चुत्रो सुनौली पातमा काँडा हुने, चुतो, चित्र, चोतो, Thorn Leaved Barberry Darwin, *Berberis darwinii* (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २000-४000 मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, धेरै झ्याङ फैलिन्छ, १०-२० फिट अग्लो, रातो डाँठ, संयुक्तपात आयाताकार लाम्चो किनारामा तिखा काँडा, पुष्पदण्ड रातो, सुनौलो रङको फुल्ने, अण्डाकार निलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्वुदनाशक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी,

त्रिदोषविकारवृद्धि, उदररोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-५० ग्राम ३-५ पटक।

### २५६२. चुत्रो सुन्तले, चुतो, चित्र, चोतो, तिस्यार, Orange Barberry Plant, *Berberis trigona* (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहने, धेरै फैलिन्छ, ३-५ फिट अग्लो, रातो डाँठ, संयुक्तपात चुच्चो लाम्चो किनारामा साना काँडा, सुन्तले रङको फुल्ने, अण्डाकार कालो/निलो फलभित्र तेलीयबीज हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्यभाग तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक, मेदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ-खटिरा, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकारवृद्धि, उदररोग, मोटोपन इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलस्वरससुई ५-१० मि.लि., बीजतेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फलरस १०-३० ग्राम, बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २५६३. चुत्रो नीलगडी, चुतो, चोतो, चित्र, Kyerpa(Sh, Gr–Mn), Nepal Popular Chutro Berry Plant, *Berberis ceratophylla* (Family : Berberidaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २०००-४००० मिटरमा पाइन्छ। यो ६-१५ फिट अग्लो, पात चम्चाकार, काँडादार झाडी, वैशाख-जेठमा फुल्ने, कार्तिकमा निलो केही कालो फल पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो स्वादिलो-मिठो, अन्य भाग तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, अर्बुदनाशक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, पाचक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसको पञ्चाङ्गले रक्तस्राव, धातुस्राव, अर्बुद, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, दुबी, दाद, कुष्ठ, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, त्रिदोषविकार-विजातीयद्रव्यवृद्धि, उदररोग इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक।

### २५६४. चुचेरी, चुच्चे, Chucheri Plant

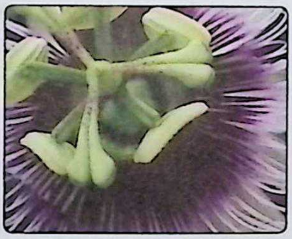
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो ३-५ फिट अग्लो, पात लाम्चो सानो, पुस-माघतिर रातो फुल्छ, फलमा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग।

यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, यकृतपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, गाँठा-गिर्खा, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिकमासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, चर्मविकार, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, जोर्नीवाथ, आमवात, अङ्गशोथ, कडा अर्बुद, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, क्षयरोग, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** फलरस १०-३० ग्राम, लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५६५.चुलेत्रो पुठो कालो, पुठो काँणे, Putho Thron Plant

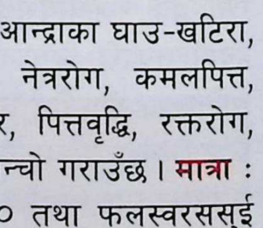
**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो २०-३० फिट अग्लो, पात संयुक्त लाम्चो सात पाते, काण्ड कलेजीमा काँडा हुने, फल गोलाकार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तीतो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, मेदहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मधुमेह, मोटोपन, अर्श-कब्ज, प्रदर, प्रमेह, उदरशूल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा ३-५ पटक ।

### २५६६.चुतिलहरा, लहरेआँप, मशूल, Passion Fruit Plant, Mango Creeper, *Passiflora edulis* (Family : Passifloraceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १५-३० फिट लाम्चो लहरा, पात संयुक्त त्रिपत्रक लाम्चो, फूल निलो-सेतो बीचमा हरियो बास्नादार, अण्डाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** फल र बीज । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल अमिलो पाकेपछि स्वादिलो-मिठो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मासिकअधर्म, मन्दाग्नि, प्रदर, प्रमेह, मधुमेह, मिर्गौला सुकेको, आन्द्राका घाउ-खटिरा, विषप्रभाव, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्श, अधिक मासिकश्राव, कुपोषण, हैजा, नेत्ररोग, कमलपित्त, मुखपाक, आन्द्रा सुक्ने, आमवात, कडा गाँठा, रक्तदोष, हैजा, पित्तदोष, कलेजोज्वर, पित्तवृद्धि, रक्तरोग, पित्तविकार, आँखाका सबै रोग, कमलपित्त-हेपाटाइटिस, छालाको रोग, मधुमेह इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल एउटा ३-५ पटक ।

### २५६७.चुलेत्रो सानो पाते, सफेद चुल्हो, White Chuletro Small Leaved Tree



**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३०-४० फिट अग्लो, सानो पात पञ्जाकार, काण्डमा तिखा काँडा हुने, फल गोलाकार हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद तितो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्ताशक, पत्थरीहर, अर्शोघ्न, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, मूत्रल,

उदररोगमा लाभदायक, विषघ्न, मेदहर, रक्तशोधक, ज्वरनिवारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, आमवात, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, मासिकअधर्म, अम्लपित्त, पत्थरी, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मधुमेह, मोटोपन, अर्श-कब्ज, प्रदर, प्रमेह, उदरशूल, उच्चरक्तचाप, रक्तस्राव, पित्तवृद्धि, कामला-हेपाटाइटिस इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-५ वटा ३-५ पटक।

**२५६८. चुम्लानी, बाक्लोपत्ताको, नेरा, Himalayan Skimmia Plant,** ***Skimmia laureola*** (Family : Rutaceae)

**चिनारी** : यो ठन्डा जलवायुको २४००-३६०० मिटरमा पाइन्छ। यो सदा हराभरा रहन्छ, ३-५ फिट अग्लो, बाक्लो पात लाम्चो आयाताकार, फूल सेतो, गोलाकार फलभित्र १-३ तेलीय बीज हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो केही मिठो हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मदकारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, कुष्ठघ्न, शोथघ्न, त्रिदोषशामक, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर, ऋतुधर्मनियामक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, मासिकअधर्म इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, खोटो/भस्म १-३ ग्राम ३-५ पटक।

**२५६९. चुनेत्रोघाँस, नेपाली जिरानियम, भण्डा, Nepal White Geranium Plant,** ***Geranium nepalense*** (Family : Rosaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ। यो १-३ फिट अग्लो, पात संयुक्त पञ्जाकार छिन्नभिन्न, फूल सेतो, जरा रातो र बिरुवा झुसदार हुन्छ, बालामा तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग। यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो र परपराउँछ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, मेदहर, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातव्याधिनाशक, वेदनानाशक, चर्मरोगहर, कृमिमारक, शोथघ्न, श्वासरोगहर, जलशोषक, निद्राजनक, अर्बुदहर, वातपुष्टिकर, उदररोगनाशक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले अङ्गशोथ, अर्शोघ्न, रक्तरोग, कफवृद्धि, गाँठा-गिर्खा, मोटोपन, गला-घाँटीको रोग, त्रिदोषज विकार, रक्तदोष, मधुमेह, श्वास गन्हाउने, मुखका घाउ, पिनास, टन्सिल, उदरकृमि, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, पेट दुख्ने, गृध्रसी, कुष्ठ, दाद, दुबी, गानो, जोर्नीवाथ, दुख्ने, अनिद्रा, अर्बुद, पक्षाघात, जलोदर, क्षय, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको चिया खाने प्रचलन छ। **मात्रा** : अत्तर ३-१० थोपा, लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, खोटो/भस्म १-३ ग्राम, काँढापानी १ गिलास, वटी १-२ वटा, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., तेल १० र पातस्वरससुई ३-१० मि.लि.३-५ पटक।

**२५७०. चुलेत्रो काँडा नभाको वनेलु कालो, क्योंपुडो, Chuletro Wild Black Tree, Thornless Hill Jungle Culetro Plant**

**चिनारी** : यो १५००-३५०० मिटरमा पाइन्छ। यो १०-३० फिट अग्लो, काँडा नभएका हाँगाहरू,

छत्राकारमा फैलिएको, बोक्रा सेतो-चिप्लो, पत्रदण्डमा पात पञ्जाकार-नरम दन्तुर ५-७ चोसा निस्केका, सानो हरियो फूल चैतमा फुल्छ झुप्पामा छातासमान हुन्छ, डल्लो फलभित्र मांसल नरम तेलीयबीज हुन्छन् । जेठ-असारमा फल कालो भएपछि टिपिन्छ । यसको स्वाद तितो हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पात, बोक्रा, फूल र बीज । **गुण-धर्म-कर्म** : यो मूत्रल, पित्तनाशक, ज्वरनिवारक, पत्थरीहर, शीतकारक, अर्शोघ्न, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा उपयोगी, मृदुरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मूत्रकृच्छ्र, पत्थरी, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कमलपित्त, रक्तपित्त, पेट पोल्ने, अर्श, रक्तस्राव, प्रदर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, बीज ५-१० ग्राम, काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ३०-५० तथा क्वाथ १०० मि.लि. ३-५ पटक ।

### २५७१. चुन्यल, गोरक्का, Egg Tree, Gamboge Tree, *Garcinia xanthochymus* (Family : Clusiaceae)

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको ५००-१५०० मिटरमा पाइन्छ । यो सदा हराभरा रहने, ३०-५० फिट अग्लो, पात लाम्चो-आयाताकार, पहेँलो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो हल्का मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, बृक्कपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, विषप्रभाव, मानसिकरोग, रक्तश्राव, मन्दाग्नि, निम्नरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, रक्तरोग, यसले फोक्सोको जलन, दम, खोकी, गानोगोला, मोटोपन, फोक्सेमासु लागेको, कलेजोरोग-हेपाटाइटिस, समस्त पेटका कृमि, आउँ-पखाला, जलोदर, यौनरोग, क्षयरोग इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, खोटो/भस्म १-२ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

### २५७२. च्युरी काली, कालासिमोर, कालोचिउरी, Black Butter Tree, *Diploknema butyracea* (Family : Sapotaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्णमा पाइन्छ । यो ८०-१३० फिट अग्लो, यो वृक्ष धेरै फैलिन्छ, काष्ठसार र काण्ड कालो, रसदार चोप निक्लिरहन्छ, पात लाम्चो फराकिलो ठूलो, फूल सेतो फुल्छ, अण्डाकार फलभित्र गुदी र तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव उष्ण र चिप्लो केही टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो परम रसायन, अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, उदररोगमा लाभदायक, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अग्निकारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर, हृदयहितकारी, चर्मसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, उच्चरक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन, कोष्ठवद्धता, उदरशूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, आउँ-पखाला, मुटु र कलेजो ज्वर, मासिकअधर्म, अर्श,

प्रदर, नेत्ररोग, रक्तविकार, मधुमेह, स्नायुतन्तु कमजोर इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्प वा फलस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, चिउरीमह ३-१० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५७३. च्यूली कालीलता, चूलीलता, चूलीलहरो, Chuli Creeper, Chiuli Black Plant

**चिनारी** : यो गर्मी हावापानीको वनमा पाइन्छ । यो विशाल लहरो कैयौं रूखमा फैलिन्छ, बट्टारिएका कालो काण्ड, चेप्टो पात, निलो फुल्ने, कोसाभित्र तेलीयगेडा लाग्छन् र पाक्छन् । यसको स्वाद टर्रो-केही मिठो र स्वभाव उष्ण हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो वातव्याधिहर, व्रणरोपक, अर्बुदहर, अस्थिपोषक, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, त्रिदोषशामक, रोगप्रतिरोधात्मक, गर्भाशय सङ्कोचक, शक्तिकारक, रजःवीर्यसुधारक, उदररोगमा उपयोगी, मूत्रल मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले घाउ-खटिरा, अर्बुद, जोर्नीवाथ, सन्धिशोथ, हाडरोग, ढाड-कम्मर दर्द, गर्भाशय झर्ने-खस्ने समस्या, दम, खोकी, रजःवीर्यविकार, पेटको रोग, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, आमवात, पित्तवृद्धि, कुपोषण, शारीरिक कमजोरी, सुन्निएको, कटिवात, गृध्रसी इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., वटी २-३ वटा, भस्म १-२ ग्राम २-३ पटक ।

### २५७४. चेप्टीनी मेथी, मेथी चपली, Methi Chepti Plant, Wild Chapali Funugreek

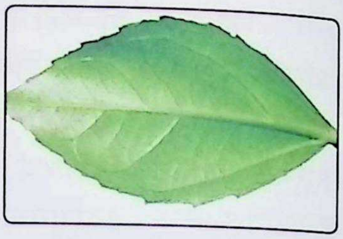
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो १ फिट अग्लो, बास्नादार, पात चेप्टो, फूल सुनौलो, पुष्प छिप्पिएपछि कोसामा लाग्छ र फलभित्र चेप्टा कडा तेलीयबीज पाक्छन् । यो अति बास्ना चल्छ । यसको स्वाद तितो-हल्का मिठो र स्वभाव शीतल हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, वातहर, मूत्रल, मृदुरेचक, मधुमेह र उच्चरक्तचापमा लाभदायक, रक्तरोगहर, मेदहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, ज्वरनिवारक, व्रणरोपक, शोथघ्न, मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले उदररोग, मधुमेह, रक्तचाप, घाउ-खटिरा, अर्श, गाँठा-गिर्खा, दम-खोकी, रक्तरोग, रक्तदोष, मोटोपन, श्वासरोग, जलोदर, सङ्ग्रहणी, ज्वर, आमवात, सन्धिशोथ, जोर्नीवाथ, कटिवात, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, कामला, रक्तपित्त, गानो, मुख गन्हाउने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : अत्तर ३-५ थोपा, वटी २-३ वटा, काँढापानी १ गिलास, स्वरस/लेदो/चूर्ण १-५ ग्राम, स्वरससुई २-१० र बीजतेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., खोटो/भस्म १-२ ग्राम, मसला १-५ ग्राम ३-५ पटक ।

### २५७५. चेन्टुली, चड्वा, Ruck BuckThorn Plant, *Rhamnus lycioides* (Family : Rhamnaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ३-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो वा डुंड परेको चम्चाकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, पाकेपछि कालो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । स्वभाव शीतल शामक र स्वाद चिप्लो मिठो र अमिलो लाग्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, अर्बुदहर, ॠतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोग, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आउँ-पखाला, गृध्रसी, अनिद्रा, उन्माद, रक्तविकार, गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ,

अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, वायुगोला, क्षयरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई ३-१० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २५७६. चेन्टुली ठूलो, चड्वा, Ruck Big BuckThorn Plant, *Rhamnus alaternus* (Family : Rhamnaceae)



**चिनारी :** यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो १०-२० फिट अग्लो, पात चेप्टो वा डुंड परेको चम्चाकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, पाकेपछि कालो गोलाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल शामक र स्वाद अमिलो र मिठो लाग्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, मूत्रल, वातव्याधिनाशक, उदररोगनाशक, दर्दहर, वातहर, निद्राजनक, विषघ्न, उन्मादहर, शोथघ्न, व्रणरोपक, हृदयहितकारी, रक्तवर्द्धक, रक्तरोगहर, ऋतुधर्मनियामक, पुष्टिकर, बलकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले कफवृद्धि, मासिकअधर्म, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, कलेजो-फियो-मिर्गौलाका समस्त रोग, रक्ताल्पता, रक्तरोग, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, सर्वाङ्गवात, आउँ-पखाला, गृध्रसी, विषप्रभाव, अनिद्रा, उन्माद, गानो, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, स्नायु दुर्बलता, मुटुवात, सुन्निएको, कब्ज, अर्श, दर्द, जोर्नीवाथ, अम्लपित्त, मुटुको कम्पनज्वर, धातु-रक्तस्राव, प्रदर, हाडको गर्मीपन, रक्तपित्त, वायुगोला, क्षयरोग, दम-खोकी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा :** लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई १०-२० र तेल १० मि.लि., रस/काँढापानी १ गिलास, वटी २-३ वटा, बीज ५-१० ग्राम ३-५ पटक।

### २५७७. चेन्टुली चुच्चेपाते, छेन्डुला, चटो, चडवा, Cane Buck Thorn Plant, *Rhamnus virgatus* (Family : Rhamnaceae)

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण हावापानीको १०००-३००० मिटरसम्मको उचाइमा पाइन्छ। यो ५-७ फिट अग्लो, पात चेप्टो चुच्चे, फूल चारपत्रे पहेँलो, गोलाकार फलभित्र तेलीय बीज र गुदी हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो र अम्लीय हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म :** यो रुचिकर, स्वादिष्ठ, रक्तदोषहर, रक्तवर्द्धक, पित्तनाशक, अग्निकारक, अस्थिपोषक, बलकारक, रक्तस्तम्भक, रेचक, उदररोगनाशक, मूत्रल, अर्शोघ्न, ज्वरनिवारक, रजःवीर्यसुधारक, ऋतुधर्मनियामक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग :** यसले रक्तविकार, गर्मीपित्तज्वर, पित्तदोष, अजीर्ण, अरुचि, अग्निमन्द, गाँठा-गिर्खा निक्लने, आँखाको कमजोरी, घोरकब्ज, अर्श, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, अपच, अङ्गशोथ, जोर्नीवाथ, हाडको रोग, कुपोषण, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, गोला, धातुस्राव, वीर्य पातलो, मासिकअधर्म, दुब्लाउँदै जानेमा, रक्ताल्पता, आन्द्राको सुक्खापन, सङ्कुचन, शारीरिक दुर्बलता, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो बनाउँछ। **मात्रा :** स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., फल ५-१० वटा, रस/काँढापानी १ माना, चूर्ण ३-१० ग्राम, बीज ३-५ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक।

### २५७८. चेतसा, Churugpa (Am), Cutleaf Butter Cup Plant, *Ranunculus brotherusii* (Family : Ranunculaceae)

**चिनारी :** यो ठन्डा जलवायुको ३३००-५५०० मिटरमा पाइन्छ। यो ७-१५ से.मि. अग्लो, पात मसिनो-संयुक्त-लाम्चो, फूल पहेँलो-पाँचपत्रे केशर हरियो, अण्डाकार फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन्। **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग। यसको स्वभाव उष्ण

र स्वाद टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, सङ्ग्राहक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, पित्तनाशक, विषघ्न, रजःवीर्यसुधारक, रक्तवर्द्धक, अर्बुदहर, रक्तरोगहर, गर्भाशय सङ्कोचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, गलगण्ड, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, ज्वर, रक्तश्राव, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, अर्बुद, रक्तरोग, फोक्सोको जलन, दम, खोकी, गानोगोला, मोटोपन-कोलेस्टोरल, भद्दापन, पेटका कृमि, आउँ-पखाला, जलोदर, यौनरोग, क्षयरोग, गर्भाशय खस्केको-सुन्निएको इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी १ गिलास, फूलस्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी २-३ वटा ३-५ पटक ।

**२५७९. चेरी ठूलो, कूल रोसासी, एलवालुक, Large Wild Cherry Tree**

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण जलवायुको २५०० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो ८०-१०० फिट अग्लो, पात चेप्टो-लाम्चो दन्तुर, फूल सेतो केशर पहेँलो, गोलाकार चम्किलो रातो फल भित्र तेलीय बीज र हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । यसको स्वभाव शीतल र स्वाद फल मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, ऋतुधर्मनियामक, अग्निकारक, रक्तवर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक, नेत्रशक्तिप्रदायक, धातुरक्षक, आयुर्वर्द्धक, ज्वरनिवारक, बृक्कपुष्टिकर, हृदयहितकारी, विषघ्न, हैजा र रक्तस्राव नियन्त्रक, श्वासहर, उदररोगनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तस्राव, धातुस्राव, गाँठा-गिर्खा निस्कने, मासिकअधर्म, प्रदर, आँखाको रोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, रक्तपित्त, सुन्निने, यौनरोग, समस्त रक्तविकार, उच्चरक्तचाप, मधुमेह, हैजा, आउँ-पखाला, पेटको घाउ, अर्श, कब्ज, सङ्ग्रहणी, उदररोग, रगतको कमी, पेट पोल्ने इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण/चटनी/अचार ३-१० ग्राम, फलरस १०-३० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा फलस्वरससुई ५-१० र बीजतेल १० मि.लि., बीजचूर्ण १-२ ग्राम, काँढापानी/रस १ माना, ताजा फल १-५ वटा ३-५ पटक ।

**२५८०. चेतना, कदरदाना, चेरी फ्रुट, Cherry Fruits Plant, *Prunus avium***

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यो ५-१० फिट अग्लो, झुसे पात लाम्चो सानो, धेरै हाँगाबिँगाहरू, घ्यूरङको सेतो फुल्ने, पहेँला-राता फलभित्रगुदी र तेलीय सेता बीज हुन्छन् । यो बैशाख-जेठतिर हजारौं दाना एकैसाथ फल्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : फल । स्वाद मीठो अति स्वादिलो र स्वभाव शीतल शामक । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, कामोद्दीपक, तृप्तिकारक, रजवीर्यस्तम्भक, पुष्टिकर, बलकारक, मेदमज्जाकारक, रक्तविकारहर, मूत्रल, विषघ्न, पुरुषार्थवृद्धिदायक, रजःवीर्यसुधारक, वातहर, पीडाहर, तृप्तिकारक, स्मृतिदायक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसको फलले शारीरिक कमजोरी, रक्ताल्पता, दिमागीरोग, तनाव, जोर्नीवाथ, आमवात, कुपोषण, अङ्गवात, विषप्रभाव, हाडरोग, सन्धिशोथ, दम, खोकी, धातुरोग, पाचनसंस्थानको कमजोरी, दुब्लो-पातलो हुने, सुकेनास इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : काच्चोमा तरकारी ३०-५० ग्राम, पाकेको फल २०-३० ग्राम, बीज ५-१० वटा, तेल १० र फलस्वरस ५० तथा फलरस १०० मि.लि.३-५ पटक ।

### २५८१. चैते कोदो लहरे वनेलु, उसी, Creeping Sedge Plant, *Carex laxiculmis* (Family : Cyperaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीका २००० मिटरसम्ममा पाइन्छ । यो १ फिट लामो लहरिन्छ, पात लामा-भालाकार साँगुरो, बालामा लमतन्य फूल र फूल लाग्छ, छिप्पिएपछि बीज लाग्छन् र तेलीय बीजहरू पाक्छन् । यो कोदो चैत्रदेखि असारसम्म फल्छ । यो कोदोसमान हो । **प्रयोग हुने अङ्ग** : बीज, जरा र नल । स्वभाव उष्ण र स्वाद - मिठो टर्रो । **गुण-धर्म-कर्म** : यो अर्बुदहर, कफनिस्सारक, पित्तनाशक, अग्निकारक, व्रणरोपक, तृप्तिकारक, कण्ठशोधक, मेदहर, दर्दनाशक, रोगप्रतिरोधात्मक, मधुमेह र लौहतत्त्वको कमीमा उपयोगी, जीवनीयतत्त्वरक्षक, प्राणवर्द्धक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले मधुमेह, क्षय, जलोदर, कफवृद्धि, लौहतत्त्वको कमी, समस्त गला-घाँटीका रोग, टन्सिल, गाँड, मोटोपन, रक्तविकार, गाँठा-गिर्खा, शीतज्वर, पत्थरी, अर्बुद, हैजा, मूत्रकृच्छ्र, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, चर्मरोग, पिनास, ठण्डी दम इत्यादि सन्चो बनाउँछ । यसको छोक्रा-पिनाले छाला मुलायम पार्छ र कडा हुनबाट बचाउँछ, चाया हटाउँछ, कपालको रक्षा गर्छ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, रस/काँढापानी १ गिलास, अर्क ५० र क्वाथ/खोले ३०० मि.लि., खोटो/भस्म १-३ ग्राम, वटी १-५ वटा, रोटी १-३ वटा ३-५ पटक ।

### २५८२. चैतेलहरो, चैती, Chaitee Plant, Last Month Creeper

**चिनारी** : यो गर्मी जलवायुमा पाइन्छ । यसको पात धसिङगरेसमान गाढा कालो माथितिर र तलतिर फुस्रो, डाँठ चारपाटे भइकन अजीव तरिकाले बट्टारिन्छ । यो जङ्गलमा दुर्लभसँग मिल्छ । यो ३-१० फिट लाम्चो लहरा, पात लाम्चो, फूल हरियो-पहेँलो, जरामा गाना सेता हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद मिठो हल्का-टर्रो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफनिस्सारक, वातहर, त्रिदोषशामक, रक्तस्तम्भक, वातव्याधिहर, व्रणरोपक, वातपुष्टिकर, बलकारक, पत्थरीहर, मूत्रल, उदररोगमा लाभदायक, पित्तनाशक, रक्तवर्द्धक, मज्जावर्द्धक, रजःवीर्यसुधारक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले आन्द्राका घाउ-खटिरा, सङ्ग्रहणी, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, बिग्रेको घाउ, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, विषप्रभाव, मानसिकरोग, अपस्मार-मृगी, रक्तश्राव, रगतको कमी, मूत्राशयको पत्थरी, रजःवीर्यदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ कचौरा, स्वरससुई ५-१० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., वटी २-३ वटा, कलिलो साग २०-३० ग्राम ३-५ पटक ।

### २५८३. चोटवृक्ष, चोपिलो रूख, मधुरवृक्षरस, कपितैल, Styrax Plant, Oriental Sweetgum, *Liquidambar orientalis* (Family : Altingiaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ । यो ८०-१२० फिट अग्लो, रसदार चोप निक्लिरहन्छ, पात पन्जाकार, फूल पहेँलो र केही सिन्दुरे फुल्छ, अण्डाकार काँडा भएको फलभित्र तेलीय बीजहरू हुन्छन् । **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबैभाग । स्वभाव उष्ण र स्वाद टर्रो-मिठो हुन्छ । **गुण-धर्म-कर्म** : यो रसायन, अस्थिपोषक, पित्तनाशक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, त्रिदोषशामक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, गलगण्डहर, श्वास-प्रश्वास व्यवस्थापक, अग्निकारक, कण्ठशोधक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर, बन्ध्यत्वनाशक, हृदयहितकारी, मृदरेचक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग** : यसले निःसन्तान, पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, जोर्नीवाथ, अङ्गशोथ, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका गिर्खा, रक्तपित्त, श्वाससमस्या, कमलपित्त, अम्लपित्त, हिक्का, पत्थरी, कुपोषण, शारीरिक दुर्बलता, ज्वर, दम, खोकी,

रक्तश्राव, रगतको कमी, मन्दाग्नि, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन, कोष्ठवद्धता, उदर शूल, कलेजोज्वर, अजीर्ण-अपच, मुटु र कलेजो ज्वर, मासिकअधर्म, अर्श, प्रदर, नेत्ररोग, आमवात, रक्तविकार, मधुमेह, स्नायुतन्तु कमजोर इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : लेदो/चूर्ण ३-१० ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, पुष्प वा पातस्वरससुई ३-१० र तेल १० तथा अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., खोटो/भस्म/चोप १-५ ग्राम, वटी २-३ वटा, कलिलो पात/फूलसाग ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

### २५८४. चोभाधान रातो, केशरीया कुमकमशालिधान्य, Chova Dhan, Chova Rice

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीको २८०० मिटरसम्ममा पाइन्छ। यो नेपालको प्रसिद्ध धानमा गनिन्छ। यो धानको बाला हुन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, रोमश, पात लाम्चो भालाकार, हरियो-पहेँलो फुल्ने, धानको बोक्रा पहेँलो भुप्पामा, भित्र चामल सेतो हुन्छ। यो असारमा रोपेर मंसिरमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल। यसको स्वभाव शीतल र स्वाद मीठो-बास्नादार हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो सुगन्धदायक, स्तन्यजनन, पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले रक्तप्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, प्रदर, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालारोग, अर्श, मन्दाग्नि, अपच, जीर्ण पेटको रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : दूध/दहीमा भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे/सिरौँला ३०-१०० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-१०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### २५८५. चोबो मसिनु धान, Chobo Masinu Dhan, Scented Red Rice

**चिनारी** : यो समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो २-४ फिट अग्लो, पात लाम्चो भालाकार, सेतो फुल्ने, धानको बोक्रा रातो, गोडा ठूलो, भित्र चामल सेतो हुन्छ। यो असारमा रोपिन्छ भने मंसिरमा पाक्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : चामल, जरा र ताजा नल। स्वभाव शीतल र स्वाद मिठो। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, कफघ्न, रोचक, स्वादिष्ठ, ज्वरनिवारक, रक्तशोधक, पत्थरीहर, बृक्कपुष्टिकर, पाचक, मूत्रल, उदररोगनाशक, रजःवीर्यसुधारक, व्रणरोपक, रक्तवर्द्धक, मृदुरेचक मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले प्रदर, मासिकअधर्म, रक्तपित्त, मिर्गौलाशोथ, गाँठा-गिर्खा, आमाशयका घाउ-खटिरा, मुखपाक, कलेजोज्वर, उदरशूल, मलमूत्ररोग, धातुस्राव, स्वप्नदोष, पित्तवृद्धि, पेट पोल्ने, पत्थरी, छालाको रोग, अर्श, अपच, जीर्ण पेटको रोगी र आन्द्राका घाउ, अरुचि, कमलपित्त, कब्जियत, ज्वर इत्यादि सन्चो गराउँछ। यसको खट्टे, दही-चामल, सिरौँला, लट्टे, भिजेको चामल इत्यादिमा विशेष प्रयोग हुन्छ। **मात्रा** : दूध भिजाएको चामल ३०-५० ग्राम, खट्टे ३०-५० ग्राम, चौलानी पानी १ गिलास, दूधभात ५०-३०० ग्राम, अर्क ५० र क्वाथ १०० मि.लि., काँढापानी/खोले १ माना, रोटी १-२ वटा ३-५ पटक।

### २५८६. चौतर्फी फूल, चारतिर फर्केर फुल्ने फूल, Four Sided Flowring Lily Plant, (Family : Liliaceae)

**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण हावापानीमा पाइन्छ। यो भुइँबाट निक्लेका मुलायम भालाकार लामो साँगुरो पात, आधा-एक फिट अग्लो, चारै दिशामा फर्किएर फुल्छ, फूल रातो, बर्षमा दुई पटक फुल्छ र गानो राता हुन्छन्,। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : पुष्प र कन्द। स्वभाव उष्ण र चिप्लो केही टर्रो-मिठो-परपराउने हुन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो उत्तेजक, अस्थिपोषक, वातव्याधिहर, कफनिस्सारक, वेदनानाशक, रक्तस्तम्भक, व्रणरोपक, फुफ्फुसपुष्टिकर, अग्निकारक, नेत्रज्योतिप्रदायक, बलकारक, अतिश्रमहर, गर्भपोषक, वाजीकर,

कामोद्दीपक, रसायन मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले पत्थरी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, पक्षाघात, अङ्गशोथ, आमवात, कटिवात, जिब्रो-मुख-गलाका बिबिरा, गाँठा-गिर्खा, पित्तवृद्धि, रक्तपित्त, श्वासरोग, कमलपित्त, अम्लपित्त, कुपोषण, ज्वर, दम, खोकी, रक्तस्राव, रक्तचाप, रजःवीर्यदोष, हृदयरोग, आन्द्राको सुक्खापन, कोष्ठबद्धता, अर्श, उदरशूल, मुटु र फोक्सोरोग, नेत्ररोग, रक्तविकार, मधुमेह, स्नायुतन्तु शिथिल इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** जरास्वरससुई ३ र तेल १० मि.लि., लेदो/चूर्ण ३ ग्राम, काँढापानी/रस १ गिलास, अर्क २० र क्वाथ ३० मि.लि., वटी १ वटा, अत्तर ३ थोपा १-३ पटक ।

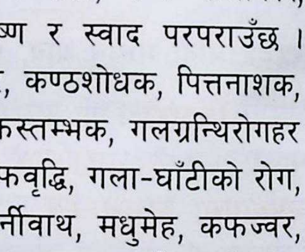
### २५८७. चौलानीपानी, चामल भिजाको जल, Choulani Water

**चिनारी :** यो हरेक हावापानीमा बन्छ । यो हरेक प्रकारका धानभित्रको चामल विशुद्ध जलमा भिजाएर राखिएको चामलपानीलाई चौलानी भनिन्छ । यो चामललाई धोएर पानी फालिँदैन र विषादि नहालेको धानको रेसासहितको चामल धेरै नफलेको हुन्छ । स्वाद मीठो र स्वभाव शीतल । **गुण-धर्म-कर्म :** यो कब्जहर, पाचक, ऋतुधर्मनियामक, उच्चपोषणयुक्त, रुचिकर, रक्तशोधक, भोक मेटाउने र तृप्तिकारक, मूत्रल, ज्वरनिवारक, पित्तनाशक मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले मधुमेह, मुख र जिब्रो पाक्ने, मूत्ररोग, मासिकअधर्म, कब्ज, पिसाब नलाग्ने-नहुने, अरुचि, अपच, अर्श, ज्वर, तनाव, पित्तवृद्धि, अम्लपित्त, प्रदर, प्रमेह, कमलपित्त, गाँठा-गिर्खा, अति भोक-प्यास, अनिद्रा, पेट पोल्ने-दुख्नेमा इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** चौलानी १ माना २-३ पटक ।

### २५८८. चौलाने, चलानी, Choulane Grass, Choulane Plant

**चिनारी :** यो समशीतोष्ण जलवायुको १५००-३००० मिटरमा पाइन्छ । यो यसो हेर्दा पिपी र सिसीझैं हुन्छ । यो १०-३० फिट अग्लो, लाम्चो-चुच्चो पात उल्टोतिर सेतो, फल गोलाकार, तेलीय बीज हुन्छ । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । यसको स्वभाव उष्ण र स्वाद परपराउँछ । **गुण-धर्म-कर्म :** यो सुगन्धदायक, वातव्याधिहर, अर्बुदहर, कफनिस्सारक, रक्तरोगहर, कण्ठशोधक, पित्तनाशक, मूत्रल, व्रणरोपक, चर्मरोगहर, पुष्टिकारक, शोथघ्न, उदररोगनाशक, रक्तशोधक, रक्तस्तम्भक, गलग्रन्थिरोगहर मानिन्छ । **औषधीय उपयोग :** यसले प्रदर, प्रमेह, आन्द्राको सुक्खापन, रक्तरोग, कफवृद्धि, गला-घाँटीको रोग, कब्ज, टन्सिल, उदरशूल, कटिवात, सङ्ग्रहणी, आउँ-पखाला, विषप्रभाव, गानो, जोर्नीवाथ, मधुमेह, कफज्वर, दम-खोकी, पाचनप्रणालीका घाउ-खटिरा, अर्श, छालाको कडापन, डन्डीफोर, दाग, रक्तस्राव, हैजा, चिसो-रुघा-पिनास, गलग्रन्थिरोग, पक्षाघात, मासिकअधर्म, यौनरोग, मोटोपन, श्वासनलीशोथ, पत्थरी, आमवात, छालारोग, टन्सिल, यौनरोग, गाँठा-गिर्खा, अर्बुद इत्यादि सन्चो गराउँछ । **मात्रा :** अत्तर ३-१० थोपा, चूर्ण/लेदो ३-५ ग्राम, बीज १-२ ग्राम, पात स्वरससुई ५-१० र तेल १० तथा अर्क २० र क्वाथ ५० मि.लि., काँढापानी १ गिलास, वटी १-३ वटा, भस्म/खोटो १-३ ग्राम २-३ पटक ।

### २५८९. चौटाजोड दूधे च्यप्टो पाते, गर्मीको चौटाजोड, अस्थिररक्षिका, Choutajod–Save Bone Plant



**चिनारी :** यो गर्मी हावापानीमा पाइन्छ । यो दूधे लहरो चेप्टो पात, कमजोर लता, वैशाख-जेठमा नयाँ पालुवा, केही रातो-कालो, दुवैतिर गएका पात, चौटा/चौटाको जोड ५०-१०० हात लामो लहरो, कलेजी फुल्ने, फलमा तेलीय बीजहरू, जरा सेता दूधयुक्त हुन्छन् । स्वाद मिठो-टर्रो र स्वभाव शामक । **उपयोगमा आउने अङ्ग :** सबै भाग । **गुण-धर्म-कर्म :** यो अर्बुदहर, शोथघ्न, वेदनाशामक, हाडको रोगमा उपयोगी, मेद-मज्जाकारक, रजवीर्यजनक, बलकारक, जीवनीयतत्त्वरक्षक, नेत्रज्योतिप्रदायक, पित्तनाशक, अस्थि/वातपुष्टिकर, रक्तवर्द्धक, गर्भपोषक मानिन्छ ।

**औषधीय उपयोग** : यसले अर्बुद, वातवृद्धि, सर्वाङ्गवात, पक्षाघात, नेत्ररोग, टुटे फुटेको हाड वा ढाडको रोग, नसावात, जोर्नीवाथ, शारीरिक कमजोरी, मेरुदण्डदर्द, मेद-मज्जा र रगत नबन्ने, सप्तधातुको अभाव, दुब्लो-पातलो, रजःवीर्यरोग, रक्तदोष, पोषकतत्त्वहरूको अभाव-कुपोषण, रक्ताल्पता, पित्तवृद्धि, स्तनमा दूधको कमी इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : स्वरस/लेदो ५-१० ग्राम, चूर्ण ३-५ ग्राम, वटी ३-५ वटा, पुवा/लड्डु ३०-५० ग्राम, जरा १, खोले/क्वाथ १०० र अर्क ५० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., चुस्ने ३-५ पटक।

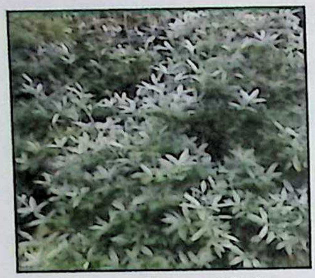
### २५९०. चौलानेझार, हिरणखुरी, Good Luck Plant, *Emilia sonchifolia* (Family : Asteraceae)

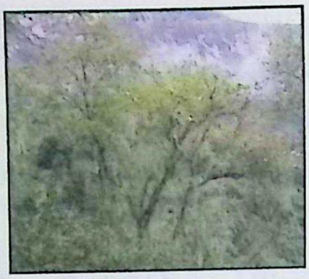
**चिनारी** : यो उष्ण तथा समशीतोष्ण जलवायुको हरेक माटोमा पाइन्छ। यो वैशाखमा उम्रेर असारतिर र पुसतिर उम्रेर चैतमा नै हराउने कलेजी फुल्ने ३ महिने झार १-२ फिट अग्लो, रातो-सेतो फुल्ने, मसिना तेलीयबीज हुन्छन्। यो वर्षमा २-३ पटक उम्रन्छ। **गुण-धर्म-कर्म** : यो रक्तवर्द्धक, रजवीर्यजनक, यकृतपुष्टिकर, आँखा दिव्यताप्रदायक, निर्दोषअमृत, मूत्रल, पित्तनाशक, रक्तस्राव/हैजा नियन्त्रक, मासिकधर्मनियामक, तृप्तिकारक, व्रणरोपक मानिन्छ। यसका रूप ठूलोदुग्धीसमान र स्वाद चम्सुरझैँ हुन्छ। काँचै चपाउँदा गर्मी फ्याँक्ने, कलेजोलाई शक्ति दिने र लौहतत्त्व बढाउने भनिन्छ। यसले कलेजोरोग, अधिकपित्त, कब्ज, अर्श, रक्तस्राव, हैजा, पित्तवृद्धि, कामला, अम्लपित्त, रक्तपित्त, रगतको कमी, आन्द्राका घाउ-खटिरा, मुख-जिब्रोका बिबिरा, डन्डीफोर, गाँठा-गिर्खा, रक्तरोग, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : काँचै १०-३० ग्राम, स्वरस ५-१० र स्वरससुई १०-२० मि.लि., काँढापानी १ माना, तेल १० र अर्क ५० तथा क्वाथ १०० मि.लि., साग-तरकारी/उसिनेको/बफाएको ३०-१०० ग्राम ३-५ पटक।

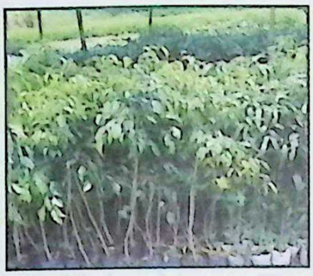
### २५९१. चौलानी लता, Choulani Plant

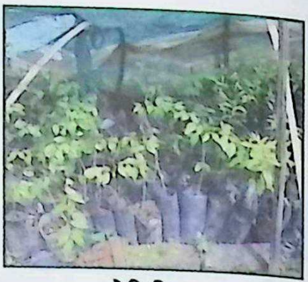
**चिनारी** : यो सबै हावापानीमा पाइन्छ। यो ठूलो लहरो, चेप्टो पात, सेतो फुल्ने, सेतो डाँठ, गोलाकार फल्छ, तेलीयबीज हुन्छन्। यो थिचेर-कुटेर पानीमा घोल्दा चौलानीसमान हुन्छ। यो सदा फुलिरहन्छ र हराभरा भएर झ्याङ बढ्छ। यो झ्याङको हाँगा काटेर रोपेर फैलाउन सकिन्छ। यसको स्वाद केही नमिठो-टर्रो र स्वभाव शीतल हुन्छ। **उपयोगमा आउने अङ्ग** : सबै भाग। **गुण-धर्म-कर्म** : यो पित्तनाशक, पत्थरीहर, व्रणरोपक, ज्वरनिवारक, स्त्रीधर्मप्रदायक, रक्तस्राव/हैजानियन्त्रक, उच्चरक्तचाप र मधुमेहमा लाभदायक, मूत्रल, रक्तरोगहर, चर्मरोगहर, पेटको रोगमा उपयोगी, अर्बुदहर मानिन्छ। **औषधीय उपयोग** : यसले पित्तवृद्धि, पत्थरी, रक्तपित्त, ज्वर, अम्लपित्त, रक्तस्राव, हैजा, मासिकअधर्म, रक्तचाप, मधुमेह, अर्बुद, सङ्ग्रहणी, रक्तरोग, घाउ-खटिरा, गाँठा-गिर्खा, मूत्रकृच्छ्र, अर्श, कुष्ठ, दादुरा, दाद, लुत्तो, रक्तदोष इत्यादि सन्चो गराउँछ। **मात्रा** : अर्क ५० र क्वाथ १०० तथा स्वरससुई २-१० मि.लि., स्वरस/लेदो/चूर्ण ३-५ ग्राम, काँढापानी १ माना, वटी २-३ वटा, खोटो/चोप ३-५ ग्राम ३-५ पटक।

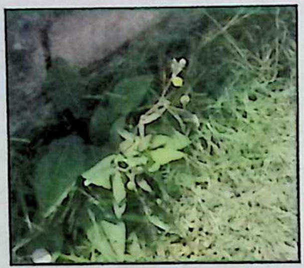
ॐ ॐ ॐ

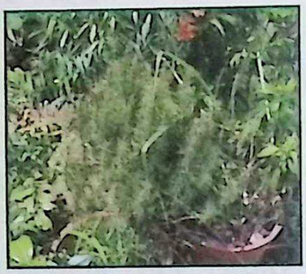

लोक्ता ठूलो भ्याँगिने

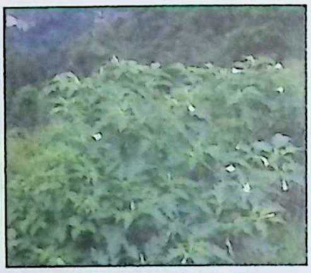

भोजपत्र र भ्याउ

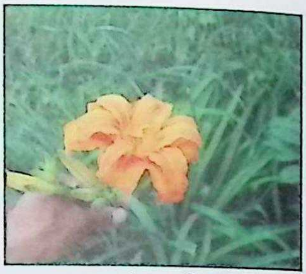

अगुरु

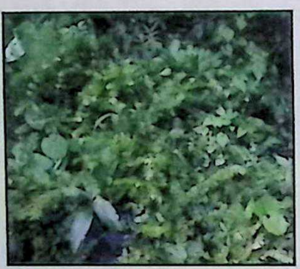

बोधिचित्त

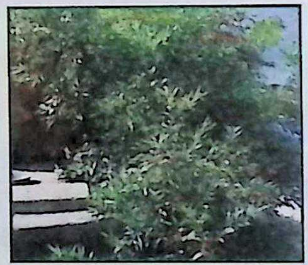

दूधे जिब्रोपाते

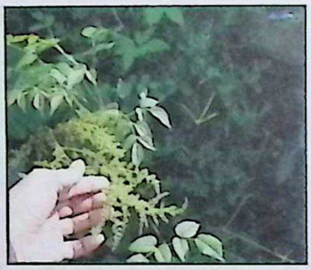

शनिश्चरे/रोजमेरी

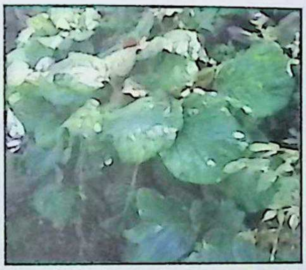

धतुरो लेकाली सेतो

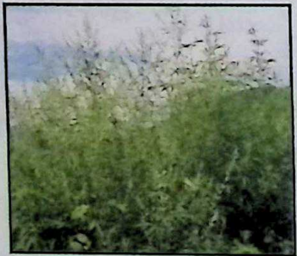

तरबारे सुनौलो

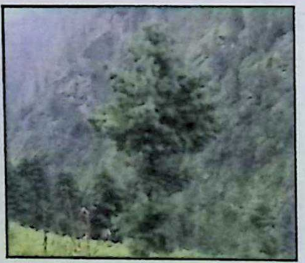

लौठसल्लो

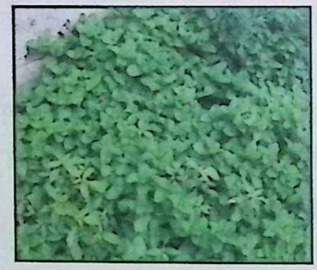

वनविही

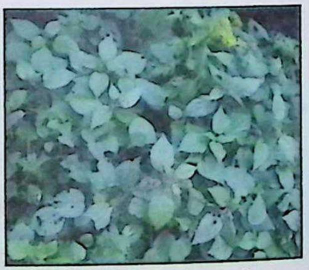

ठूलोओखती/बूढोऔषधि

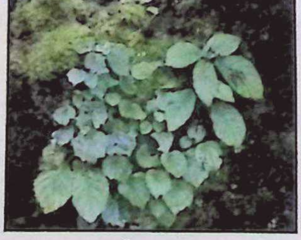

बरपाते पाखनभेद/बटपत्रपाषाणभेद

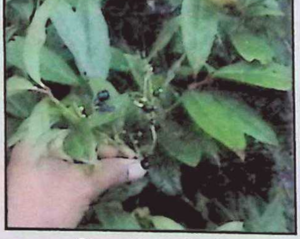

गाँजा सेतो लेकाली

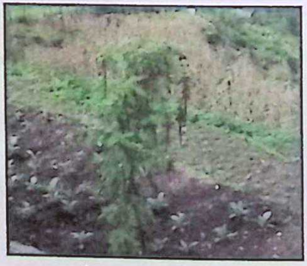

देवदार

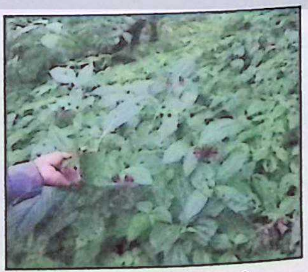

पतेना/पुदिना


काली सिस्नु हिमाली


कस्तुरी सुगन्धा


धसिङ्गरे फलेको


लट्टे लमतन्ने रातो


पट्पटे/सोले गुलाबी

## यस ग्रन्थभित्र

- नेपालमा भएका लगभग ७००० सर्वोपयोगी महत्त्वपूर्ण जडीबुटीहरूको चिनारी, गुण-धर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा, सावधानी, औषधीय वा पौष्टिक खाद्य-चिकित्सात्मक व्याख्या, खेती तथा सङ्कलन-भण्डारण गर्ने विधि, चित्रका साथै करिब ८०० थप प्राकृतिक सम्पदा धातु-उपधातु, माटो, ढुङ्गा, रत्न र जीवांश इत्यादिको नामावली र उपचारात्मक महत्त्व समावेश गरिएका छन्।
- यौगिक चिकित्साअन्तर्गत प्राणायाम, ध्यान, दुर्लभ साधना र योगका सयौँ विधिवत् वर्णनलगायत रोगीलाई शान्त पार्ने प्रार्थनाहरूसहित शारीरिक, मानसिक एवं धार्मिक-आध्यामिक समस्याले ग्रसित सर्वव्यापक हजारौँ रोगहरूलाई स्वयं उपचार गर्न सक्ने विभिन्न क्रियाविधिहरू उल्लेख गरिएका छन्।
- प्राकृतिक सम्पदालाई परिचालन गरी सनातन-परम्परागत-वैज्ञानिक गतिशील चिकित्साले परिपूर्ण राष्ट्रको आर्थिकस्तर उकास्ने संवृद्ध नेपाल निर्माणहेतु जीवनोपयोगी सूत्रहरूका साथै प्रत्येक व्यक्ति तपस्वी, समाजसेवी, कर्मयोगी, आध्यात्मिक, धनी तथा ज्ञानी बन्न मार्गनिर्देशनका हजारौँ विधिहरू समेटिएका छन्।
- ऋषिमुनि-गुरुकुलदेखि नै प्रचलित जीवनोपयोगी विद्या रोगोपचारका लागि व्यावहारिक शिक्षा आयुर्वेदिक-जडीबुटीद्रव्यहरूको ज्ञानविज्ञानलाई संरक्षण-संवर्द्धन गरी प्रत्येक नागरिकलाई घरको चिकित्सक-डाक्टर/उपकारी वैद्य/अग्रज स्वयंसेवक/आयुर्वेदीय गतिशील उपचारक बन्न प्रेरणाप्रद विचारहरू प्रस्तुत गरिएका छन्।
- सदा निरोग रहन, सप्तधातुवृद्धि गर्न, शक्तिह्रास कहिल्यै हुन नदिन, सधैँ जवान देखिन अति उपयोगी जीवनीयतत्त्वरक्षक-प्राणशक्तिवर्धक पुष्टिकर अमृतमय आगम-निगम पद्धतिका आयुर्वेदीय जडीबुटीहरूको विशद वर्णन गरिएको छ।
- सङ्कटकाल आउँदा, अनिकालको हाहाकार पर्दा, महादुःखले सताउँदा, महारोगमा आत्तिँदा एवं महामारीको सङ्क्रमणमा पुग्दा साथ दिने समस्त आयुर्वेदीय जडीबुटीद्रव्यहरूको यथार्थज्ञान यसभित्र छन्।
- जैविकविविधताको विनाशबाट देखापरेका वातावरणीय परिवर्तन, हरितगृहप्रभाव, ओजोनतहको ह्रासजस्ता विविध समस्याहरूको सामना गर्दै स्वस्थ, हरियालीपूर्ण नेपाल बनाउने व्यावहारिक उपायहरू समेटिएका छन्।
- स्वावलम्बी-आत्मनिर्भरमुखी आरोग्यधामको अभियानमा लाग्नेहरूका लागि स्वस्थ जीवनसम्बद्ध गोप्य र रहस्यमय तथ्यहरू रहेका छन्।

**योगी धर्ममहारस**

**विद्यार्थी पुस्तक भण्डार**
प्रकाशक तथा वितरक
भोटाहिटी/कमलपोखरी, काठमाडौं

9 789937 715737

## यस ग्रन्थभित्र

- नेपालमा भएका लगभग ७००० सर्वोपयोगी महत्त्वपूर्ण जडीबुटीहरूको चिनारी, गुण-धर्म-कर्म, औषधीय उपयोग, मात्रा, सावधानी, औषधीय वा पौष्टिक खाद्य-चिकित्सात्मक व्याख्या, खेती तथा सङ्कलन-भण्डारण गर्ने विधि, चित्रका साथै करिब ८०० थप प्राकृतिक सम्पदा धातु-उपधातु, माटो, ढुङ्गा, रत्न र जीवांश इत्यादिको नामावली र उपचारात्मक महत्त्व समावेश गरिएका छन्।
- यौगिक चिकित्साअन्तर्गत प्राणायाम, ध्यान, दुर्लभ साधना र योगका सयौँ विधिवत् वर्णनलगायत रोगीलाई शान्त पार्ने प्रार्थनाहरूसहित शारीरिक, मानसिक एवं धार्मिक-आध्यामिक समस्याले ग्रसित सर्वव्यापक हजारौँ रोगहरूलाई स्वयं उपचार गर्न सक्ने विभिन्न क्रियाविधिहरू उल्लेख गरिएका छन्।
- प्राकृतिक सम्पदालाई परिचालन गरी सनातन-परम्परागत-वैज्ञानिक गतिशील चिकित्साले परिपूर्ण राष्ट्रको आर्थिकस्तर उकास्ने संवृद्ध नेपाल निर्माणहेतु जीवनोपयोगी सूत्रहरूका साथै प्रत्येक व्यक्ति तपस्वी, समाजसेवी, कर्मयोगी, आध्यात्मिक, धनी तथा ज्ञानी बन्न मार्गनिर्देशनका हजारौँ विधिहरू समेटिएका छन्।
- ऋषिमुनि-गुरुकुलदेखि नै प्रचलित जीवनोपयोगी विद्या रोगोपचारका लागि व्यावहारिक शिक्षा आयुर्वेदिक-जडीबुटीद्रव्यहरूको ज्ञानविज्ञानलाई संरक्षण-संवर्द्धन गरी प्रत्येक नागरिकलाई घरको चिकित्सक-डाक्टर/उपकारी वैद्य/अग्रज स्वयंसेवक/आयुर्वेदीय गतिशील उपचारक बन्न प्रेरणाप्रद विचारहरू प्रस्तुत गरिएका छन्।
- सदा निरोग रहन, सप्तधातुवृद्धि गर्न, शक्तिह्रास कहिल्यै हुन नदिन, सधैं जवान देखिन अति उपयोगी जीवनीयतत्त्वरक्षक-प्राणशक्तिवर्धक पुष्टिकर अमृतमय आगम-निगम पद्धतिका आयुर्वेदीय जडीबुटीहरूको विशद वर्णन गरिएको छ।
- सङ्कटकाल आउँदा, अनिकालको हाहाकार पर्दा, महादुःखले सताउँदा, महारोगमा आत्तिँदा एवं महामारीको सङ्क्रमणमा पुग्दा साथ दिने समस्त आयुर्वेदीय जडीबुटीद्रव्यहरूको यथार्थज्ञान यसभित्र छन्।
- जैविकविविधताको विनाशबाट देखापरेका वातावरणीय परिवर्तन, हरितगृहप्रभाव, ओजोनतहको ह्रासजस्ता विविध समस्याहरूको सामना गर्दै स्वस्थ, हरियालीपूर्ण नेपाल बनाउने व्यावहारिक उपायहरू समेटिएका छन्।
- स्वावलम्बी-आत्मनिर्भरमुखी आरोग्यधामको अभियानमा लाग्नेहरूका लागि स्वस्थ जीवनसम्बद्ध गोप्य र रहस्यमय तथ्यहरू रहेका छन्।

**योगी धर्ममहारस**

**विद्यार्थी पुस्तक भण्डार**
प्रकाशक तथा वितरक
भोटाहिटी/कमलपोखरी, काठमाडौं

9 789937 715737